



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

사회복지학 석사학위논문

고등학생의 체질량지수, 외모만족도가
내재화 문제에 미치는 영향
-자아존중감의 매개 및 성별 차이를 중심으로-

2016년 8월

서울대학교 대학원

사회복지학과

정은석

국문초록

고등학생의 체질량지수, 외모만족도가 내재화 문제에 미치는 영향 -자아존중감의 매개 및 성별 차이를 중심으로-

기존연구는 내재화 문제가 체질량지수와 외모만족도에 따라서 차이가 있다는 것을 보여준다. 하지만 체질량지수와 외모만족도가 어떻게 내재화 문제에 영향을 미치는지에 대해 살펴보거나 이들의 영향이 성별에 따라 어떻게 다른지 살펴본 연구는 적다. 이러한 한계를 염두에 두고 본 연구는 (1) 내재화 문제에 체질량지수와 외모만족도가 영향을 미치는지, (2) 자아존중감이 이들의 관계를 매개하는지, (3) 위의 관계가 성별에 따라 상이한지를 살펴보고 이를 통해 청소년의 정신건강 악화를 예방하기 위한 새로운 개입지점을 찾고자 한다. 연구목적을 위해 Pearlin의 스트레스 과정모델(Pearlin et al., 1990)을 활용하여 연구 모형을 설정하였으며, 이를 통해 (1) 체질량지수가 1차 스트레스요인인지, (2) 외모불만족 정도가 2차 스트레스요인인지, (3) 자아존중감이 보호요인인지 살펴보고자 한다. 또한 위의 요인들이 성별에 따라 미치는 영향이 다른지 살펴보고자 한다. 각 스트레스요인의 영향을 좀 더 정확하게 살피기 위해 학업성적, 경제수준, 가족관계, 그리고 또래관계와 같은 요인들을 모형에 포함하였다.

분석자료는 ‘2010년 한국 청소년 건강실태조사’를 사용하였다. 본 연구에서는 주요변수인 체질량지수를 산출하기 위해 필요한 키와 몸무게에 응답한 학생 중 저체중군을 제외한 고등학생의 응답을 분석에 활용하였다. 분석에 포함된 고등학생은 3,620명(남 1,893명, 여 1,727명)이다. 주요 변수 중 BMI, 외모만족도는 자기보고식 단일문항을 사용하였

고, 자아존중감과 내재화 문제는 자기보고식 다중문항 척도를 사용하였다. 본 연구에서는 자료의 빈도 및 기술통계를 통해 분석대상의 특성을 살펴본 뒤, 구조방정식을 통해 변인 간의 관계를 살펴보고, 붓스트랩에 기반한 팬텀변수를 활용하여 특정간접경로의 유의도를 검증하였다. 전체집단에 대한 구조모형을 분석한 후에는 성별에 따른 차이를 살펴보기 위해 다중집단 분석을 진행하였다.

분석 결과, 체질량지수가 높을수록 내재화 문제가 낮았으며, 외모불만족이 높을수록 내재화 문제가 높았다. 자아존중감에 대해서는 체질량지수가 자아존중감에 미치는 영향은 유의미하지 않은 반면, 외모불만족이 높을수록 자아존중감이 낮았다. 또한 팬텀변수를 통해 효과분해를 하였을 때, 체질량지수에 의해 설명된 내재화 문제 수준 변량의 일정부분이 외모불만족에 의해 설명되었으며, 체질량지수에 의해 설명된 내재화 변량의 일정부분이 외모불만족과 자아존중감에 의해 연속매개로 설명되었다. 체질량지수에 의해 설명된 내재화 변량의 일정 부분이 자아존중감에 의해 설명된 분량은 통계적으로 유의미하지 않았다. 마지막으로 외모불만족에 의해 설명된 내재화 변량의 일정 부분이 자아존중감에 의해 설명되었다. 이후 성별에 따른 다집단분석에서는 측정모형의 동질성이 지지된 가운데, 체질량지수가 외모불만족에 미치는 영향이 여학생 집단에서 남학생 집단에 비해 더 크게 나타났다.

2차 자료 분석에 따른 한계에도 불구하고, 이러한 결과가 주는 이론적 함의는 다음과 같다. 첫째, 체질량지수는 그 자체로 내재화 문제에 영향을 미치기보다는 간접적으로 영향을 미쳤다. 이는 기존연구와는 다르게 체질량지수의 증가 자체가 내재화 문제를 가중시키기보다는 체질량지수의 증가로 이상적인 몸매와 멀어지게 됨에 따라 외모불만족이 높아지는 것을 의미한다. 둘째, 외모불만족과 자아존중감은 체질량지수와 내재화 문제 사이의 관계를 연속매개하였는데 이는 고등학생들이 자신의 외모를 자신의 가치를 평가하는데 중요한 요인으로 보고 있음을 뜻한다. 셋째, 위의 관계에서 성별 차이가 나타났다. 여학생들의 경우 체질량지수가 높을수록 외모불만족이 높아지는 정도가 남학생들에 비해 컸다. 이는 여학생이 남학생에 비해 외모관리에 대한 압력을 더 많이 느끼고 있음을 의미한다. 고등학생의 내재화 문제 예방을 위한 실천적

인 함의는 다음과 같다. 첫째, 체질량지수와 외모만족도 사이의 관계에 대해 개입할 필요가 있다. 고등학생들은 ‘날씬함’에 대한 사회적 선호를 수용하여 자신의 외모에 대한 평가에 활용하는 것으로 나타났다. 또한 외모만족도와 자아존중감 사이의 관계에 대해서도 개입이 필요하다. 이를 위해서 상담이나 또래 지지체계 형성 등과 같은 개입방안을 제시하였다. 그리고 위의 관계에서 나타난 성별 차이에 대한 고려가 필요하다. 여성이 남성에 비해 체질량지수 상승 시 겪는 외모불만족의 증가가 크다는 점은 외모 관리에 대해 느끼는 압박에 관해서 여성에 대한 개입이 먼저 필요함을 의미하기도 하지만 사회전체적으로 형성되어 있는 여성에 대한 외모관리 풍토에 대한 개입도 필요함을 보여준다. 이를 위해서 캠페인 및 자조 모임 등과 같은 방안이 논의되었다.

주요어 : 체질량지수, 외모만족도, 내재화 문제, 자아존중감, 성별차이,
스트레스 과정모델

학 번 : 2014-20256

<목차>

| | |
|-----------------------------------|-----------|
| 제1장 서론 | 1 |
| 제1절 연구의 배경 | 1 |
| 제2절 연구의 필요성 | 3 |
| 제3절 연구목적 | 7 |
| 제2장 이론적 배경 | 10 |
| 제1절 스트레스 과정이론 | 10 |
| 제2절 내재화 문제 | 17 |
| 제3절 청소년기의 체질량지수(BMI) | 20 |
| 제4절 외모만족도 | 25 |
| 제5절 자아존중감 | 28 |
| 제6절 외모 관련 스트레스과정에 있어서 성별 차이 | 30 |
| 제7절 내재화 문제와 관련이 있는 기타요인 | 32 |
| 제3장 연구모형 및 연구가설 | 34 |
| 제1절 연구모형 | 34 |
| 제2절 연구가설 | 36 |
| 제4장 연구방법 | 38 |
| 제1절 연구대상 | 38 |
| 제2절 변수의 정의 및 측정 | 39 |
| 제3절 분석방법 | 44 |
| 제5장 연구 결과 | 48 |
| 제1절 연구대상의 일반적 특성 | 48 |
| 제2절 연구모형의 분석결과 | 53 |
| 제6장 논의 및 결론 | 70 |
| 제1절 연구결과 요약 | 70 |
| 제2절 연구결과 논의 | 73 |
| 제3절 연구의 한계 및 후속연구 제언 | 80 |
| 제4절 결론 | 82 |

<표 차례>

| | |
|----------------------------------|--------|
| [표1] 내재화 문제 측정문항 | 40 |
| [표2] 자아존중감 측정문항 | 42 |
| [표3] 가족관계의 질, 또래와의 관계 측정문항 | 43 |
| [표4] 특정간접경로 설명 | 47 |
| [표5] 주요 변수의 기술 통계 | 49, 50 |
| [표6] 성별에 따른 주요 변수의 차이 | 52 |
| [표7] 구조모형의 적합도 | 55 |
| [표8] 구조모형의 경로계수 | 57 |
| [표9] 효과분해(전체집단) | 61 |
| [표10] 측정동질성 검증 | 62 |
| [표11] 다집단분석 시 집단별 경로계수 | 65, 66 |
| [표12] 다집단분석 시 집단별 효과분해 결과 | 69 |
| [표13] 연구결과 정리 | 72 |

<그림 차례>

| | |
|-------------------------|----|
| <그림 1> 스트레스 과정 모델 | 16 |
| <그림 2> 개념 모형 | 35 |
| <그림 3> 측정모형 | 54 |
| <그림 4> 구조모형 분석결과 | 55 |

제1장 서론

제1절 연구의 배경

청소년의 정신건강은 신체적인 건강과 더불어 건강을 구성하는 주요 요소이다. 적절한 정신건강의 유지는 개인의 웰빙(Well-being) 뿐만 아니라 과업의 생산적인 수행에 기여함으로써 자신의 안녕은 물론 사회에서 적응적으로 기능한다(최은진 외, 2011; WHO, 2004). 따라서 청소년의 정신건강은 개인의 안녕뿐만 아니라 지역 사회의 안녕을 위해서 지켜져야 할 필수 요소이다(보건복지부, 2011). 청소년의 정신건강은 발달 과업과 깊이 연관되어 있어 성인의 정신건강문제보다 그 범위가 크고 후유증이 크다. 왜냐하면 청소년기 정신건강 문제는 그 시기에 있어서 악영향을 미칠 뿐만 아니라 이후 성인이 되어 심각한 장애로 이어질 가능성이 높고(서선주, 1999; Kazdin, 1993) 청소년기 건강한 정신을 가졌을 경우 발달과업과 다가올 성인기 과업을 성공적으로 수행할 가능성이 높기 때문이다(Erikson, 1994). 정신건강의 중요성에도 불구하고 한국 청소년의 정신건강 수준은 높지 않다. 정책 당국에서는 한국 청소년의 현황에 대해 “신체적 건강상태는 양호하나, 정신건강은 악화”라고 평가하고 있다(보건복지부, 2015). 이러한 평가에 따라 교육부는 학생정신건강지원센터, 학생정신건강연구소를 설립하여 청소년의 정신건강 향상을 위해 노력하고 있으나 개입방식이 변화하였다기보다는 선별검사 등을 통해 임상적 접근이 필요한 군에게 서비스 제공을 확대하는 방식의 대응이 우선하고 있다. 이는 예방적 차원이라는 점에서는 적극적이거나 제공하는 서비스 대상이 협소하다는 한계가 있다. 따라서 전체 청소년의 정신건강에 악영향을 미치는 요인을 찾아 개입할 필요가 있다.

청소년 정신건강의 악화를 보여주는 지표 중 하나로 내재화 문제가 있다. 내재화 문제란 개인의 내부로 향하는 감정이나 상태를 의

미한다(Achenbach,1991). 심한 내재화 문제는 단기적으로 개인적인 정신건강과 관련하여 자살 등 더욱 심각한 결과로 이어질 수 있고, 사회적으로는 비행, 범죄 등으로 확산될 수 있으며(이은주, 2010), 장기적으로는 성인기 부적응으로 이어질 수 있으므로(Shaw, 2003) 청소년의 복지를 위해 개입지점을 찾을 필요가 있는 영역이다.

내재화 문제에 대한 연구는 개인 간 내재화 문제 수준의 차이를 설명하는 요인을 제시하였으며, 이들 요인을 개입지점으로 지목하였다. 횡단 연구를 통해 내재화 문제에 대한 살펴본 연구에서는 개인, 가족, 학교 등 청소년 개인 및 청소년을 둘러싼 환경과 관련 여러 요인을 지목하였다. 개인요인으로서는 남성에 비해 여성이, 자아존중감이 낮을 수록, 스트레스를 많이 받을 수록 내재화 문제가 높음을 보고하였다(황은희 외, 2012; 김신애 외, 2008; 윤혜미 외, 2005). 가족요인을 본 연구에서는 가족응집성과 가족적응성이 낮을 수록, 경제적 결핍감이 높을 수록, 가족 내 폭력이 많을 수록, 부모의 정신건강 수준이 낮을 수록 내재화 문제가 높았다(김은이 외, 2014; 김신애 외, 2008). 학교요인을 다룬 연구에서는 친구, 수업, 학교생활, 학교 환경에 대한 적응인 학교생활적응이 낮을 수록, 또래관계가 좋지 않을 수록 내재화 문제 수준이 높았다(최정아, 2012; 김신애 외, 2008). 횡단 자료를 활용한 연구 외에 같은 표본을 반복 측정한 종단 자료를 활용한 관련 연구에서는 횡단 자료에서 살펴본 변인이 내재화 문제의 변화양상에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보는 방식으로 진행되었으며(좌현숙 외, 2011; 좌현숙, 2010; 이은주, 2010; 조정아, 2009; 서미정, 2008), 최근에는 내재화 문제 수준의 변화궤적이 일정한 유형을 가진다고 가정하고, 청소년이 어떠한 유형의 내재화 문제 수준의 변화궤적을 보이게 될지 예측하는 연구가 진행되었다(김세원, 2010). 이렇듯 현재까지 청소년의 내재화 문제에 대한 연구는 영향 요인을 개인에서 가족, 학교, 그리고 사회에 이르기까지 점점 그 외연을 넓혀가면서 횡단적 및 종단적

효과를 살펴봤으나 청소년기의 발달특성상 신체변화가 많기 때문에 체질량지수와 외모에 대한 인식이 내재화 수준의 개인차에 미치는 영향을 포함하여 살펴볼 필요가 있다. 따라서 기존 요인을 포함하여 새로운 요인을 탐색할 필요가 있다.

요인에 대한 탐색 범위를 개인에서 가족, 학교, 그리고 지역사회로 점점 시야를 넓히는 것은 다양한 개입지점을 찾는다는 점에서 유용하지만 청소년 개인에 대한 실천적 함의를 주는 데에는 한계가 있다. 특히 청소년기가 급격한 신체 변화를 겪는 시기이고 자신의 신체에 대해 민감한 시기라는 점을 고려할 때(강경미, 2013), 청소년기 내재화 문제와 관련된 새로운 요인을 몸과 관련하여 살펴봐야 한다. 특히 객관적인 신체적 특성인 체질량지수와 개인의 주관적인 판단인 외모만족도가 고려되어야 한다.

제2절 연구의 필요성

내재화 수준에 영향을 미치는 요인들은 청소년기 과업과 관련되거나 청소년이 중요하게 여기는 것이었다. 청소년이 중요하게 생각하지만 달성하지 못하고 있는 부분을 보기 위해 통계청의 사회조사에서 2006년부터 2014년까지 격년으로 조사한 ‘청소년이 고민하는 문제’에 대한 15세부터 24세 이하 청소년의 주요응답을 살펴보면, 대체로 청소년은 연도에 상관없이 12가지의 고민거리 항목¹⁾ 중 학업, 직업, 외모에 대해 주로 고민하는 것으로 나타났다. 특히 연령대를 좁혀 고등학생에 대해 살펴보면 학업, 외모, 직업 순으로 고민하는 것으로 나타났다.

이렇듯 외모 또한 청소년기의 주요한 고민거리이지만 학업 및 직업에 대한 고민과는 달리 간과되는 경우가 많다. 이는 사회적으로

1) ①외모, ②신체적·정신적 건강, ③가정환경, ④가계경제어려움, ⑤용돈부족, ⑥공부(성적, 적성 등), ⑦직업(직업선택, 보수 등), ⑧친구(우정), ⑨이성교제(성문제 포함), ⑩학교 혹은 학원 폭력, ⑪흡연, 음주, ⑫인터넷중독(채팅, 게임 등)

청소년 중 특히 고등학생의 과업을 대학수학능력시험을 통해 대학교 진학을 하는 것 혹은 직업능력을 갖추고 취직을 하는 것으로 여기기 때문이다. 그러나 청소년기는 인간 발달과정에서 급격한 신체의 변화를 경험하면서, 또래와의 어울림이 더욱 활발해지고, 사회적인 문화에 더욱 민감해지는 시기이다(이상록 외, 2011; 윤혜미 외, 2005). 특히 외모에 대한 사회적 기준은 ‘날씬함’을 요구하는 반면에(이미숙, 2008), 고등학생 시기는 청소년기 중 비만으로 일컬어지는 체질량지수가 가장 높은 시기이면서, 신체활동을 하는 시간은 가장 적은 시기이다(보건복지부, 2014). 따라서 고등학생의 경우, 자신이 사회적으로 기대되는 외모를 갖추지 못했다고 생각하기 쉬운 상황에 처해있으면서 동시에 학업적 혹은 직업적 과업으로 인해 이러한 고민이 무시되기 가장 쉬운 시기이다. 특히 고등학생 중 체질량지수를 기준으로 분류하였을 때, 비만으로 분류되는 비율은 청소년 건강행태 온라인조사가 시작된 2005년에는 9.9%였으나 2014년에는 12.0%로 증가추세를 보이고 있다(보건복지부, 2014). 이는 비만으로 인해 외모에 대한 고민을 하는 고등학생의 비율이 늘어남을 의미한다. 특히, 외모에 대한 청소년의 관심이 높으나 학업 등과 같은 여러 과업을 수행하면서 사회적으로 구성된 외모 기준을 따라잡기에는 힘든 상황이다(남수정 외, 2012). 따라서 날씬함에 대한 동경(이미숙, 2008)과는 반대로 청소년의 비만율이 높아가고 있는 상황에서(보건복지부, 2014) 달성되지 못한 욕구가 청소년의 정신건강에 어떠한 영향을 미칠지 살펴봐야 한다.

청소년이 자신의 몸에 대한 민감하게 생각한다는 점은 ‘2009년 아동·청소년 비만실태조사’ 시에 설문지에 조사의 제목을 그대로 사용하지 않고 ‘아동·청소년 건강 및 생활습관 조사’라는 제목으로 내보냈다는 점(임희진 외, 2009)에서 어느 정도 인정받고 있다고 볼 수 있다. 즉, 비만이라는 단어만으로도 많은 아동·청소년이 영향을 받을 수 있다고 본 것이다. 많은 연구에서 비만은 기준치 이상의 높은 체질량지수로 정의되었으며, 비만이 개인에게 미치는 영향

은 신체 건강 차원에서 주로 이루어졌다. 이에 따라 비만에 대해 개입 방안도 신체적인 측면에 있어서의 식습관 조절, 운동 등을 통해 체질량지수의 감소를 달성하는데에 국한되어 있다(김혜련 외, 2014; 노은이, 2013; 임희진 외, 2009). 이렇듯 청소년이 주관적으로 느끼는 외모에 대한 부담감이 인정받고 있음에도 불구하고 체질량지수 자체의 감소에 대한 대안만이 연구가 되어온 것은 비만 혹은 높은 체질량지수로 인해 사회문화적으로 형성된 기준을 달성하지 못하는 것이 개인에게 미치는 심리사회적 영향에 대한 연구가 개입프로그램 구성을 위한 기반을 제공할 수 있을 정도의 근거를 제공하지 못했기 때문이다. 따라서 기존 연구에서 청소년의 내재화 측면에 있어서 다루어졌던 요인들과 함께 청소년에게 있어서 체질량지수의 심리사회적인 영향에 대한 연구가 필요하다.

비만의 심리사회적 영향에 대한 해외연구 동향을 살펴보면 체질량지수 및 외모에 대한 인식이 정신건강과 관련이 있다는 점(Terbogt et al, 2008; Crocker, Cornwell, & Major, 1993)에 대한 동의가 형성되어 있는 상태에서 더 나아가 또래상담을 통한 인지개선 프로그램의 효과성을 확인하거나(Becker et al, 2013) 비만하지만 신체에 대해 만족하는 학생들의 특성을 조사하는(Flodmark, 2005) 등 외적 형태가 정신건강에 미치는 영향에 대한 연구가 활발하다. 이는 서구 사회에서 체질량지수가 일정 기준을 넘어선 사람의 비율을 의미하는 비만율이 한국에 비해 높기 때문이기도 하지만 상대적으로 국내 연구에서 비만을 신체건강의 측면에서만 보는 경향이 강하기 때문이기도 하다(박영신 외, 2004; 한영실 외, 2005; 이태용 외, 2006; 최길순 외, 2008; 박선민 외, 2015).

체질량지수를 활용한 연구에서는 일정 수준 이상의 체질량지수를 가진 개인을 ‘비만’으로 정의하였다. 이런 비만과 관련된 국내 연구들을 살펴보면, 주로 신체건강 측면에서 청소년 비만의 수준과 분포 등의 실태 파악(박영신 외, 2004; 이태용 외, 2006; 최길순 외, 2008) 및 비만을 발생시키는 요인의 규명(한영실 외, 2005) 등에

집중되었다. 간혹 체질량지수의 심리사회적 영향을 살펴보는 경우에도 유의표집을 하였거나(이미숙, 2013), 여성 혹은 남성 한쪽 성만을 살펴는 등의 한계가 있었다(이수현 외, 2001; 현명호 외, 2002; 노혜정 외, 2011; 유생열, 2011; 송현정 외, 2014). 또한 변수 간의 관계를 탐색적으로 살폈을 뿐(이상록 외, 2011), 이론에 기반하지 않아 체질량지수와 외모만족도가 어떠한 과정을 통해 심리적 부담으로 이어지며, 이 과정에서 개인 간 차이가 어떠한지 살펴보지 못했다는 한계가 있다. 또한 단순히 신체적 상황만이 내재화 문제 수준의 개인차와 연관이 있다는 모델 하에서는 신체적 상황이 직접적으로 정신건강에 영향을 미치는 것인지, 사회적으로 형성된 외모 기준에 따라 개인이 자신의 몸에 대한 태도를 형성하고, 이에 따라 자신에 대한 평가가 결정되며 결과적으로 내재화 수준의 개인차가 형성되는지에 대한 판단이 힘들다. 이와 같은 이유로 체질량지수뿐만 아니라 외모만족도 등을 함께 분석모형에 투입하여 체질량지수로 인한 정신건강 상의 차이가 체질량지수 자체에 의한 것인지 체질량지수로 인해 촉발된 외모만족도의 차이로 인해 간접적으로 이루어진 것인지 구분해볼 필요가 있다.

제3절 연구목적

선행연구의 한계를 고려하여 본 연구에서는 청소년기 내재화 문제에 주요한 요인으로 꼽히는 학업, 가족, 또래관계를 고려한 상태에서 추가적으로 체질량지수와 체지방률로 인한 외모불만족이 내재화 문제에 미치는 영향을 살핀다. 특히 청소년기는 신체적 성장을 이루는 시기이면서 정신 건강 차원에서 자아정체감(Ego-identity)을 형성하는 시기이므로 신체적 상황으로 인한 내재화 문제의 개인차를 살펴볼 때, 자아와 관련된 영역을 함께 살펴봐야한다. 또한 성별에 따라 이러한 과정이 다른지 살펴봄으로서 외모 관리에 대한 사회적 압박이 성별에 따라 다르게 영향을 미치는지 보고자 한다.

본 연구에서는 청소년기 내재화 문제 수준에 대한 새로운 요인으로 신체적 차원의 체질량지수를 제시하며 이러한 체질량지수의 영향이 체질량지수 자체적인 것보다는 사회문화적으로 형성된 외모에 대한 기준에 따라 형성되는 외모만족도, 그리고 자아에 대한 영향을 통하여 내재화 문제의 개인차를 형성한다고 보고, 이러한 논의를 포괄할 수 있는 Pearlin의(1981)의 스트레스 과정모형을 활용한다.

스트레스 과정모형은 한 개인이 경험하게 되는 스트레스 과정을 순서에 따라 1차 스트레스요인과 2차 스트레스요인으로 나누어 살펴본 후 그에 따른 결과가 어떻게 변하는지를 설명하는 이론적 틀로, 이 과정에 있어 매개·조절역할을 하는 내적자원 등을 포함시킴으로써 1차·2차 스트레스요인의 영향이 매개·조절역할을 하는 중재요인을 거쳐서 스트레스의 발현으로 이어지는 과정을 총체적으로 살펴볼 수 있는 모델이다(Pearlin et al, 1981). 본 연구에서는 스트레스 과정모형에 입각하여 청소년의 체질량지수를 1차 스트레스요인으로, 외모불만족을 2차 스트레스요인으로, 내적자원인 자아존중감을 중재요인으로, 청소년의 정신건강을 측정하는데 유용한 내재화 문제를 종속변수로 한 모형을 설정하고자 한다. 또한 성별에 따라 외모 관리에 대해 받는 사회적 압박의 정도가 다르다는 점을 고

려하여 스트레스요인인 체질량지수와 외모불만족이 자아존중감을 거쳐 스트레스의 발현으로 이어지는 경로에 있어서 성별 차이가 있는지를 살펴본다. 위의 스트레스 과정모델에 덧붙여서 고등학생 시기의 내재화에 영향을 미치는 것으로 알려진 학업 성적, 경제적 수준, 가족관계, 또래관계 각각의 영향을 모형 내에서 고려하여 체질량지수와 외모불만족이 여타의 주요한 변인을 포함한 상태에서도 스트레스요인으로 작동하는지 살펴본다.

분석에는 전국대표성을 지닌 ‘2010년 청소년 건강실태조사’를 활용하여 내재화 문제가 가장 심각하며(하은혜 외, 2003; 김인홍, 2009), 외모에 대한 사회문화적 기준을 가장 많이 수용하는 것으로 알려진(이미숙, 2008) 고등학생집단을 분석대상으로 활용한다. 고등학생 시기는 대부분 2차 성징이 완료되어 신체적 성장이 완성되어 가는 시기이며 사회문화적으로 형성된 외모에 대한 기준을 수용하여 자신의 신체에 대한 판단을 내릴 시기이기 때문이다(강경미, 2013). 또한 전체 아동청소년에 대해 분석하는 경우, 전체 자료를 활용할 수 있다는 장점이 있지만 성장주기에 따른 차이로 인해 분석결과가 체질량지수와 외모불만족이 내재화 문제 수준에 미치는 영향을 정확하게 추정했다고 보기 힘들다.

고등학생 집단에 대한 분석을 통해 체질량지수가 외모와 관련한 스트레스요인으로서 어떻게 작용하는지 확인하여 비만의 심리사회적 영향이 어떠한지, 비만의 심리사회적 영향이 존재할 때 청소년의 정신건강을 보호할 수 있는 개입지점은 어떠한지 살펴보고, 이 과정에서 청소년의 심리내적 자원인 자아존중감의 역할을 살펴봄으로써 청소년의 정신건강 증진에 있어서 개입이 필요한 부분에 대한 논의가 가능할 것으로 예상된다. 마지막으로 성별에 따른 차이를 분석하여 성별에 따른 접근지점에 대한 함의를 도출하고자 한다.

이러한 목적을 바탕으로 본 연구를 통해 살펴보고자 하는 문제는 다음과 같다. 본 연구는 신체적 상황이 정신건강에 영향을 미치며, 그러한 영향이 어떠한 경로를 통해 이루어지고, 성별에 따라 다른지

살펴보고자 한다. 이를 위해 고등학생의 체질량지수 내재화 수준에 미치는 영향을 살펴보고, 체질량지수가 내재화 수준에 미치는 영향을 외모불만족이 매개하는지 살펴본다. 이후 체질량지수가 외모불만족을 매개로 내재화 수준에 미치는 영향이 자아존중감에 의해 연속 매개하는지 살펴보고자 한다. 다만 신체적 상황에만 집중할 경우, 고등학생의 내재화 수준에 영향을 미칠 수 다른 요인을 간과할 수 있으므로 분석 모형에서 기존 연구들에서 내재화 문제수준에 영향을 미치는 것으로 알려진 학업성적, 또래관계 등의 요인을 포함하여 체질량지수와 외모불만족의 영향에 대해 살펴보고자 한다.

연구문제 1. 다른 스트레스 요인을 고려한 상태에서, 체질량지수(1차 스트레스요인) 및 외모불만족(2차 스트레스요인)이 내재화 문제 수준에 영향을 미치는가?

연구문제 2. 다른 스트레스 요인을 고려한 상태에서, 체질량지수(1차 스트레스요인) 및 외모불만족(2차 스트레스요인)이 자아존중감(내적자원)에 영향을 미치는가?

연구문제 3. 다른 스트레스 요인을 고려한 상태에서, 체질량지수(1차 스트레스요인) 및 외모불만족(2차 스트레스요인)이 고등학생 시기의 내재화 문제 수준에 미치는 영향은 자아존중감(내적자원)에 의해 매개되는가?

연구문제 4. 위 관계에 있어서 성별차이가 있는가?

제2장 이론적 배경

제1절 스트레스 과정이론

1. 스트레스 과정이론

본 연구는 청소년의 체질량지수와 외모불만족이라는 스트레스요인이 우울 및 불안이라는 스트레스의 발현으로 이어지는지, 그리고 이 과정에서 자아존중감이 그 관계를 매개하는지, 마지막으로 전체 과정에서 성별에 따른 차이가 존재하는지 살펴보기 위해 스트레스의 발생을 일련의 과정으로서 파악한 스트레스 과정모델(Stress Process Model)을 기반으로 분석모형을 구성한다. 스트레스에 관한 의학적 모델이 스트레스가 신체 건강에 미치는 영향을 초점에 두고 약물 등을 통해 증상을 낮추는 수단이 무엇인지에 관심을 가졌던 것과 달리(Aneshensel, 1992), 스트레스 과정모델은 스트레스의 다양한 구성요소들이 어떠한 방식으로 상호 연결되어 하나의 과정을 이루는지를 분석할 수 있는 틀을 제공한다는 장점이 있다. 이를 통해 스트레스요인의 발견 및 스트레스요인의 영향을 줄이거나, 스트레스의 발현을 줄이거나 막기 위해 개입할 필요가 있는 지점에 대한 함의를 제공한다.

스트레스 과정모델에서 사용되는 주요 요소에는 스트레스요인(Stressor), 중재요인(Mediators)²⁾, 결과(Outcomes), 맥락 혹은 배경적 정보(Contextual or background information)로 구성되어 있다(Pearlin et al., 1981).

스트레스요인은 한 개인이 경험하는 문제나 어려움 등을 의미하며, 개인이 삶에서 경험하는 거의 모든 일이 스트레스 요인이 될 수 있다. 스트레스요인의 종류에는 실직과 같은 부정적인 생애사건

2) 매개요인으로 번역되기도 한다. 그러나 개념의 정의로 봤을 때, 통계분석 시 매개효과 및 조절효과로 모두 다루어질 수 있다는 점을 고려하면 매개요인이라는 번역은 분석시 매개요인으로만 작용한다는 인상을 심어줄 수 있어 중재요인으로 번역하였다.

(Life Event) 뿐만 아니라 돌봄 제공으로 인한 부담과 같은 만성적인 상황(Chronic Condition)이 있다(Pearlin et al., 1981; Pearlin et al., 1990). 만성적인 상황이란 지속적으로 개인에게 여러 가지 부담을 주는 현상으로 돌봄 행위 제공뿐만 아니라 사회적으로 저평가된 집단에 속할 때에 느끼는, 예컨대 성소수자로서의 지위로 인한 차별감도 포함된다(Meyer, 2003). 이러한 측면에서 신체측정치인 체질량지수와 신체 전반에 대한 개인의 평가인 외모만족도는 한순간에 변화하지 않으며, 개인이 사회적으로 저평가되는 요인이면서, 이상적 외모상에 도달하지 못하는 자신을 비난하게 만드는 요인이므로(Crocker et al, 1993), 스트레스요인 중 만성적인 상황이다.

스트레스요인은 다시 개인에게 직접적으로 영향을 미치는 요인인 1차 스트레스요인과 1차 스트레스요인의 영향을 받아 형성되는 2차 스트레스요인으로 나뉘어진다. 1차 스트레스요인에는 주로 개인이 처해있는 객관적인 상황을 의미하는 객관적 요인과 개인이 주관적으로 인지하고 느끼는 어려움을 의미하는 주관적 요인이 포함된다. 2차 스트레스요인은 1차 스트레스요인으로 인해 발생하는 확장된 형태의 스트레스로써 주로 역할 긴장(Role Strains), 심리내적 긴장(Intrapsychic Strains) 등을 의미한다. 스트레스 요인을 세분화하는 것은 각 스트레스요인의 특성에 따라 스트레스의 결과로 이어지기까지의 순서를 분석하기 위한 것으로 스트레스요인에 따라 유연하게 적용된다(Pearlin, 1999).

중재요인은 스트레스요인이 결과에 영향을 주는 과정에서 대처할 수 있는 자원이다. 대처자원은 외적자원(External Resource)과 내적자원(Internal Resource)으로 나뉘는데 외적자원으로는 사회적 지지가, 내적자원으로는 대처기술, 자기효능감, 자아존중감 등이 있다. 중재요인은 스트레스요인이 결과에 직접적인 영향을 미칠 수도 있지만, 이러한 자원을 통해 간접적으로 영향을 미치거나 이러한 자원의 많고 적음에 따라 같은 상황에서 결과가 달라질 수 있음을 보여준다. 따라서 어떤 대처자원의 사용이 스트레스 과정에서 어떠한

중재역할을 하는지에 대한 분석은 중재요인에 대한 탐색과 발견을 가능하게 한다. 최근에는 스트레스요인에 대해서 개개인별로 의미부여가 달라질 수 있다는 점을 고려하여 가치(Value) 혹은 의미부여(Meaning)를 중재요인에 포함하였다(Avison et al., 2009). 특히 성별에 따라 같은 상황에 대한 가치평가의 정도가 다르거나 상반되는 경우를 확인하는 경우, 성별에 따라 가치체계가 다르게 구성된다고 주장할 근거가 된다. 중재요인의 범위가 넓어지면서 스트레스 과정에서 스트레스요인과 스트레스의 발현 사이의 관계를 매개 또는 조절하는 변수의 역할을 포괄적으로 지칭할 수 있도록 심리사회적인 요인이라 부르기도 한다(Pearlin & Bierman, 2013).

결과는 스트레스의 발현(Manifestation of Stress)이라고도 하며, 스트레스요인의 영향으로 인해 나타나는 현상을 총칭한다. 면역, 소화기능의 악화나 내분비 계통의 변화와 같은 신체적 건강상태뿐만 아니라 불안, 우울 등과 같은 정신적 건강상태와 삶의 만족감 등이 결과의 측정에 활용된다(Pearlin, 1989). 이때 우울 혹은 불안과 같은 정신건강에 대한 측정도구 등은 임상적 의미에서의 장애군을 판별한다기보다는 스트레스요인이 특정한 정신건강측면에 얼마나 부담을 미치느냐를 보는 용도로 활용된다(Pearlin & Bierman, 2013).

마지막으로 맥락 혹은 배경적 정보는 고유한 특성으로 쉽게 변화하지 않거나 스트레스 과정에 있어 총체적으로 영향을 줄 수 있는 요인을 의미한다(Pearlin, 1981). 배경요인은 연구모형을 설정할 때 통제변인의 역할을 하며, 주로 성별, 교육수준, 직업상태, 경제수준 등과 같은 인구사회학적 요인이 포함된다.

<그림1>에서 살펴볼 수 있듯이 Pearlin 외(1990, 1997, 2013)의 스트레스 과정이론에 기반한 모델은 1차 스트레스요인이 2차 스트레스요인을 거쳐서 결과요인에 영향을 준다. 즉, 1차 스트레스요인이 결과요인에 직접적인 영향도 주지만, 2차 스트레스요인을 거쳐서 간접효과를 가지기도 한다. 또한 Pearlin 외(1990, 1997,

2013)는 이러한 스트레스 확산 과정을 대처·보호할 수 있는 중재요인을 추가로 상정하였고, 이러한 중재요인이 ‘1차 스트레스요인→2차 스트레스요인→결과요인’에 이르는 과정을 추가적으로 매개하거나 또는 ‘1차 스트레스요인→2차 스트레스요인→결과요인’에 이르는 경로를 조절할 수 있다고 주장하였다. 이때 ‘1차 스트레스요인→2차 스트레스요인→결과요인’ 경로는 이미 한번의 매개를 거친 과정이기 때문에 여기에 중재요인이 추가로 매개를 한다면 1차 스트레스요인을 2차 스트레스요인과 자아존중감을 통해 연속매개(serial mediation)하여 ‘1차 스트레스요인→2차 스트레스요인→중재요인→결과요인’가 되는 것이고, 스트레스요인이 결과요인에 미치는 경로를 중재요인이 조절한다면 각 변수들 간의 관계는 중재요인에 따라 달라질 것이다. 이에 따라 본 연구에서는 Pearlin 외(1990, 1997, 2013)의 스트레스 과정모형을 기반으로 체질량지수와 외모만족도가 고등학생의 내재화 문제 수준에 미치는 영향 그리고 성별에 따라 이러한 영향이 다른지 분석한다.

2. 본 연구에서 스트레스 과정이론의 활용

스트레스 과정이론은 사회·경제적 상황이 정신건강의 기초가 된다고 보고, 정신건강상의 불평등이 사회적 상황의 영향을 어떻게 받아서 형성되는지에 대해 탐구하는데 도움이 되어 왔다(Pearlin & Bierman, 2013). 학업이나 가정형편 등을 청소년기의 주요한 스트레스요인으로 본 연구들과 달리, 본 연구에서는 체질량지수와 같은 신체적 상황과 외모불만족과 같은 신체적 상황에 대한 개인의 판단이 내재화 문제 수준과 같은 정신건강에 어떠한 영향을 주는지 살펴보고자 한다. 또한 이 과정에서 자아존중감의 역할을 살펴보고, 성별에 따른 차이를 보고자 한다. 이를 통해 체질량지수 및 외모불만족이 청소년 시기의 스트레스요인인지 살펴보고, 이러한 스트레스요인이 어떻게 스트레스의 발현에 영향을 미치는지에 알아보고자

한다. 체질량지수 및 외모불만족이 스트레스요인으로서 작용하는 경로에 대한 분석은 이후 개입지점 및 개입방식에 대한 함의를 제공하는데 유용하다.

본 연구에서는 Pearlin 외(1981)의 스트레스 과정모델에 근거하여, 1차 스트레스요인에 해당하는 객관적 요인으로 청소년의 체질량지수를 상정한다. 이는 저체중군을 제외했을 때, 체질량지수가 높을수록 이상적 몸매와의 외형적인 차이로 인해 낙인을 받을 것이라는 점에 근거한다(Rodin et al, 1989). 다음으로 2차 스트레스요인으로 외모만족도를 사용한다. 체질량지수는 외모를 구성하는 여러 요소 중 몸매와 관련이 높으며, 가장 눈에 띄는 요소이므로 외모만족도에 영향을 미치기 때문이다(Phul & Brownell, 2003). 또한 낮은 외모만족도 자체도 자아존중감을 낮추며, 정신건강에 악영향을 미치는 스트레스 요인이기 때문이다(정익중 외, 2010).

중재요인으로 내적자원의 역할을 하는 자아존중감을 설정하였다. 자아존중감은 ‘개인이 자신에 대해 내리는 평가’로 자신의 내면을 성찰하며, 타인의 평가에 반응하고, 앞으로의 활동을 결정하는데 있어서 내적자원의 수준이다(Rosenberg, 1989; Baumeister, 1997b). 다른 내적자원으로는 효능감 등이 있으나 자아정체성의 수립을 통한 자아존중감의 확립이 청소년 시기에 있어서 달성해야 할 과업이라는 점(Erikson, 1994)에 근거하여 우선적으로 모형에 투입한다. 자아정체성은 자신에 대한 확신, 신념, 생각이나 평가를 의미하며 자아존중감은 자아정체성의 수립을 통해 이루어진 자신에 대한 평가가 얼마나 긍정적인가를 보여주기 때문이다. 또한 성별에 따라 외모에 대한 사회문화적 압박의 차이가 있는지 탐색적으로 보고자 성별을 중재요인으로 본다. 즉, 자아존중감은 1차 스트레스요인과 2차 스트레스요인의 영향을 받는 내적자원이자 매개변수이며, 성별은 개별 경로에 있어서 성별에 따라 신체에 대한 가치 혹은 의미가 다른지 탐색적으로 살펴보기 위한 조절변수이다.

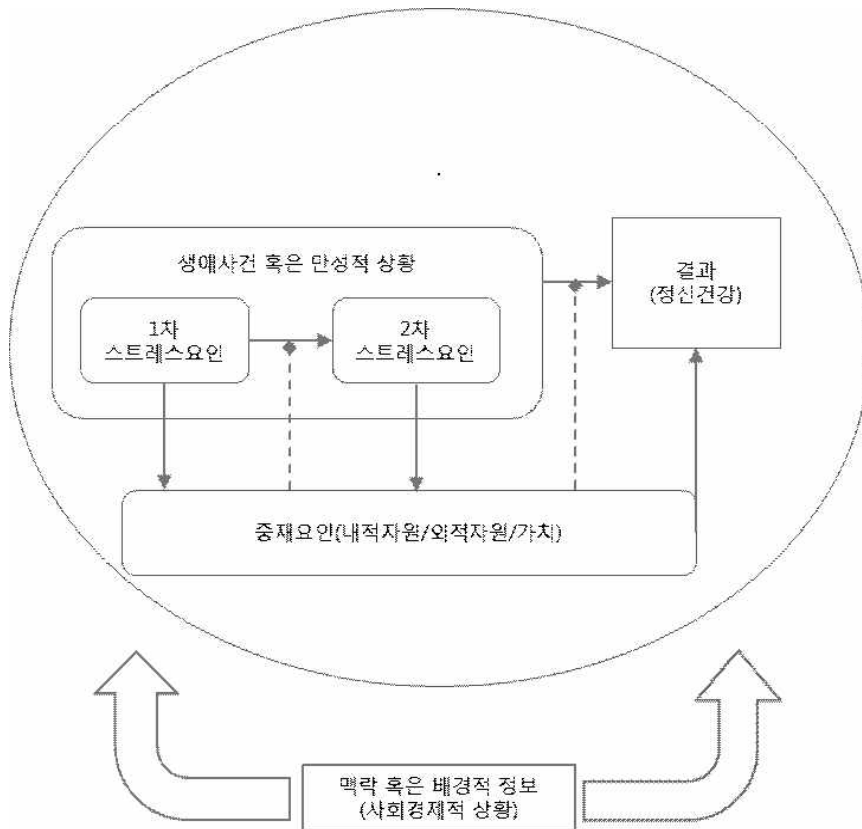
스트레스의 결과로 내재화 문제 수준을 사용한다. 내재화 문제는

청소년 시기에 빈번하게 발생하는 정신건강 측면의 문제로 청소년의 정신건강상태를 측정하는데 유용하다. 특히 내재화 문제는 청소년의 정서적 반응과 연관이 있고, 자살과 같은 심각한 문제와의 연관이 커 개입이 필요한 요소이다(Shaw et al, 2003; 김은이 외, 2014). 따라서 체질량지수에 따라 내재화 문제 수준의 개인차가 있다면 체질량지수 및 경로요인들에 대한 개입이 필요함을 보여줄 수 있다.

맥락 혹은 배경적 요인으로는 스트레스 과정이론에서 전통적으로 사용된 인구사회학적 변수인 성별, 경제적 수준을 활용한다. 또한 체질량지수가 내재화 문제 수준에 미치는 영향이 주요한 스트레스 요인으로 볼 수 있는지 확인하고자 주관적으로 측정된 학업성적, 가족관계의 질, 또래와의 관계를 모형에 포함한다.

이러한 방식으로 구성한 스트레스 과정모델은 고등학생의 내재화 문제에 영향을 미치는 주요 요인들을 고려한 상태에서, 객관적으로 측정된 고등학생의 체질량지수가 사회문화적으로 형성된 이상적 기준과 얼마나 떨어졌는지 인지적으로 판단하여 외모만족도에 영향을 주며, 외모에 대한 생각이 자기 자신에 대한 평가로 이어져 결과적으로 정신건강에 영향을 미친다는 점을 포괄하고, 성별에 따른 외모에 대한 가치부여 정도의 차이가 이 과정에 어떠한 영향을 미치는지 살펴볼 수 있다.

위의 스트레스 과정모델에 대한 검증을 통해서 고등학생의 내재화 문제에 개입할 때에 체질량지수 자체를 낮추기 위해 식습관 조절, 운동을 개입수단으로 제시할 수도 있지만, 이상적 외모 기준에 대한 개입을 통해 외모만족도를 높이거나, 자신에 대한 평가에 있어서 외모가 차지하는 비중을 낮추는 것을 목적으로 한 개입을 통해 고등학생의 내재화 문제에 접근할 필요성도 보여준다. 또한 성별에 따른 차이가 나타나는 경우, 클라이언트의 성에 따라 내재화 문제에 대한 개입에 있어서 신체적인 측면을 얼마나 다룰지에 대한 함의를 제공할 수 있다.



<그림1> 스트레스 과정 모델

출처 : Pearlin & Bierman, 2013

제2절 내재화 문제

Achenbach(1991)는 개인이 건강한 적응 상태를 유지하지 못할 때 여러 문제행동이 나타난다고 보고, 아동·청소년기에 나타나는 적응상의 주요 문제를 내재화 문제와 외현화 문제로 크게 두 차원으로 나누어 제시한다.

외현화 문제가 공격성, 비행 등과 같은 행동적 측면의 문제라고 한다면, 내재화 문제는 위축, 우울, 불안 및 신체적 증상 등과 같은 정서적 측면의 문제를 의미한다(오경자 외, 2001). 내재화 문제는 과잉통제로 인한 문제를 반영하며(Reynolds, 1992), 보통 자신의 내부로 향하는 감정이나 상태를 뜻한다(Mash & Barkely, 2001). 따라서 고등학생 시기가 중학교, 초등학교시기에 비해 내재화 문제가 심한 것(하은혜 외, 2003; 김인홍, 2009)은 고등학생 시기에 해내야하는 과업이 다른 시기에 비해 많고 무거워 많은 욕구를 억누르기 때문이다.

내재화 문제는 우울, 불안, 위축 등의 정신건강 문제를 하나의 상태로 묶을 때 사용된다. 서로 다른 증상이 묶이는 이유는 청소년기의 특성상 완전한 구분이 어려우며(Fawcett & Kravitz, 1983), 통계적으로 봤을 때 이들 증상을 측정하는 척도가 요인분석과 군집분석과 같은 다변인 통계절차를 통해 하나의 분류로 묶이기 때문이다(McDermont & Weiss, 1995).

청소년기의 우울과 불안에 대해 살펴보면 다음과 같다. 우울은 일반적으로 미래에 대한 비관, 죄의식, 무가치감 등과 같은 증상을 포함한다. 청소년기의 우울은 가정 및 학교생활에서의 부적응과 자살을 비롯한 문제행동, 그리고 성인기의 정서장애 등과 높은 관련성을 나타내므로(이정선 외, 2012) 그 심각성이 크다. 우울증은 가족, 대인관계에 있어서 개인의 역할 수행을 손상시키기 때문에(Hammen, 1991) 우울증에 빠진 개인뿐만 아니라 주변 사람들에게도 해로운 영향을 미친다. 또한 청소년기 우울증상은 학업수행, 가족 및 또래

관계에 악영향을 미쳐 사회적 기능 손상을 초래할 위험성을 높인다. 그리고 사회적 기능 손상에 따른 사회적 고립은 사회적 기술 습득을 방해하며, 사회적 기술의 결핍은 다시 우울을 악화시킨다(하은혜 외, 2004).

불안 또한 청소년기에 나타날 수 있는 정신건강상의 문제 중 하나이다. 일시적인 공포나 불안은 정상적인 발달과정 중에도 나타날 수 있지만 공포와 걱정이 지나치거나, 회피행동을 보이거나, 불길한 예감을 갖는 정도가 일상생활에 지장을 줄 정도가 되면, 개인이 주관적으로 느끼는 고통이 심각해지고 과제수행에 지장을 받을 수 있다(정덕조 외, 2008).

우울장애와 불안장애의 경우 평균공존율은 16-62%로서 매우 높게 나타나고 있으며(Brady & Kendall, 1992), 공존율이 크게는 40-95%까지 조사된 경우도 있다(Biderman et al., 1995). 이처럼 청소년기에 우울장애와 불안장애의 공존율이 높아 지역사회에서 청소년을 대상으로 조사할 때 한가지 장애만을 가진 순수한 장애 집단을 선별하기가 어려우며, 청소년기 발달적 특성에 따라 우울증상과 불안증상 자체가 명확히 구분되지 못한다는 점(Fawcett & Kravitz, 1983)에 근거하여 청소년을 대상으로 측정할 때에는 우울 및 불안을 동시에 측정하게 된다. 우울 및 불안은 아동기보다는 학업, 진로 등과 같은 미래에 대한 압박이 크며, 현재 맡고 있는 역할이 더 힘든 청소년기에서 더 심각한 것으로 알려져 있다(하은혜 외, 2003).

청소년의 우울 및 불안은 가족상황과 개인적 측면에서 영향을 많이 받는다(이정선 외, 2012). 선행연구에 따르면 가족관계가 좋을수록(김성수, 2013), 부모의 양육행동이 수용적일수록(문경주 외, 2002), 경제적 형편이 좋고, 부모의 학력이 높을수록(하은혜 외, 2003; Costello et al., 2008) 우울 및 불안은 낮았다. 개인적 측면에서 여자 청소년이 남자 청소년에 비해 우울 및 불안을 더 많이 겪으며, 연령이 높을수록 우울 및 불안이 높아지는 양상을 띄어 아

동기에 비해 청소년기에서 우울 및 불안이 더 심했다(Dumas et al., 2003). 그리고 자아통제감, 자아존중감과 같은 내적자원이 낮아졌을 때 우울 및 불안은 높은 것으로 나타났다(배미예 외, 2009). 우울 및 불안에 대한 선행연구를 통해 내재화 문제와 개인적 상황의 영향 혹은 내적자원의 저하가 관련이 있음을 알 수 있다.

내재화 문제는 청소년기의 대표적인 정신건강적 문제를 의미하며 청소년의 정신건강상태를 이용하는데 유용하다. 본 연구에서는 내재화 문제를 통해 체질량지수 및 외모만족도로 인한 고등학생의 스트레스 발현을 다룬다.

제3절 청소년기의 체질량지수(BMI)

1. 체질량지수(BMI)의 정의 및 측정

체질량지수(Body Mass Index : BMI)는 표준체중, 허리와 엉덩이 둘레비(Waist Hip Ratio: WHR) 측정 등과 함께 비만의 측정 방식 중 하나로 대체로 관련 연구들에서는 키와 몸무게에 대한 보고를 바탕으로 연구자가 조작화한 체질량지수가 많이 활용된다(이주연 외, 2014; 이상록 외, 2011; 정익중 외, 2011). 체질량 지수는 신장을 기준으로 하여 체중의 산정을 통해 체형을 평가하는 측정방식으로 계산이 용이할 뿐 아니라 체내지방량과도 0.7 이상의 높은 상관관계를 지녀 측정도구로서 신뢰도가 높으며(Center for Disease Control and Prevention, 2014), 질병이환율 및 사망률 등과도 높은 관련성을 보이기 때문에 널리 활용되는 비만 관련 측정치이다(Dietz & Bellizzi, 1999). 또한 체질량지수는 신체의 크기 및 체형에 대한 참고치로도 활용된다(Harris et al., 2008).

체질량지수의 활용은 크게 키와 몸무게를 통해 산출한 후 그대로 연속변수로 활용하는 방식과 차단점(Cutoff-point)을 활용하여 저체중, 정상체중, 과체중, 비만 등으로 집단을 구분하는 방식이 있다. 의료적인 측면에서 체질량지수를 통해 측정한 체중상태에 따라 차이가 있는지 살펴보기 위해서는 집단을 구분하는 방식이 유용하지만 왜냐하면 이후 비만상태에 있는 개인에게 경고하고, 정상체중상태로 돌아오기 위한 기준을 제시하기에 용이하기 때문이다. 그러나 심리사회적 측면에서는 꼭 정상체중집단이 정상이라고 볼 수 없기 때문에 차단점을 활용하여 체질량지수에 따른 집단을 구분하는 것 보다는 연속변수로 활용하여 가능한 정보를 축약하지 않고 있는 그대로 분석하는 것이 더 유용하다. 우울 등과 같은 정신건강 측면의 변수를 종속변수로 하는 연구에서는 체질량지수를 연속변수로 활용하는 경우가 많다는 점도 이를 뒷받침한다(Carpenter et al, 2000;

정익중, 이지언, 2011).

높은 체질량지수는 높은 사망률과 연관이 있으며(Bozorganesh, 2014), 아동시절의 높은 체질량지수는 청소년, 성인기에도 이어지는 것으로 알려져 있다(Weiderpass, 2014). 반대로 체질량지수가 너무 낮은 저체중군의 경우에도 사망률이 높으며(Bozorganesh, 2014), 식사횟수가 적거나 섭취하는 음식물의 종류가 치우치는 등 부적절한 식습관을 가지고 있거나 심하면 거식증을 보고 하기도 하였다(Kohn & Golden, 2001; 박영숙, 권민경, 2007; 권민경, 박영숙, 2007).

이러한 점을 고려하여 본 연구에서는 저체중 집단을 제외한 나머지 집단을 대상으로 체질량지수가 내재화 문제 수준에 미치는 영향을 살펴보고자 한다. 이를 위해 저체중 집단을 구별해야 하는데, 일괄적인 차단점(Cutoff-point)을 이용하는 성인기와 달리 아동·청소년기에는 신체발달을 고려하여 성별과 연령에 따라 참고치를 이용하여 비만 수준을 평가한다. 국내에서는 2005년도 신체계측조사를 바탕으로 2007년도에 ‘소아·청소년 신체발육 표준치’를 제정하여 비만 판정에 참조하도록 하고 있다(질병관리본부 외, 2007). 본 연구에서는 ‘2007년 한국소아청소년 성장 도표’에서 정한 체질량지수에 따른 기준을 참조하여 저체중군을 전체집단에서 구분하고 분석에서 제외하고자 한다. 이는 저체중군의 경우 신체건강 자체가 치료를 요하는 수준의 집단으로 생활이 가능한 다른 집단과는 다른 특성을 나타내기 때문이다.

2. 청소년기 체질량지수의 심리사회적 영향

청소년기 체질량지수의 심리사회적 영향은 청소년기 비만이 청소년에게 미치는 영향을 중심으로 연구되었다. 청소년기 비만은 성인 집단에 있어서의 비만과 마찬가지로 비만에 대한 사회적 인식과 문화적 풍토에 따른 편견과 차별로 인해 심리사회적 측면에서 부정적

영향을 미치는 요인이다. 청소년의 비만이 미치는 악영향은 높은 체질량지수와 부정적인 결과와의 유의미한 상관관계를 통해 뒷받침되어왔다. 높은 체질량지수는 단기적으로는 청소년기의 낮은 자존감, 높은 우울, 낮은 학업성취, 낮은 신체상 등과 같이 청소년기의 중요한 측면에 영향을 미치며(이옥진 외, 2005; 이상록 외, 2011), 장기적으로는 청소년기 이후의 생애주기인 청장년기의 취업, 소득, 혼인상태, 빈곤에도 영향을 미치는 것으로 나타났다(Gortmarker et al., 1993).

이렇듯 체질량지수를 기준으로 삼아 측정되는 비만이 심리사회적 측면에서 악영향을 미치는 이유는 체질량지수가 높은 개인은 그렇지 않은 개인에 비해 눈에 띄게 구별이 되며, 타인으로부터 부정적인 피드백을 받는 요인이기 때문이다(Crocker, Cornwell, & Major, 1993). 비만이 부정적인 피드백을 받는 이유로는 첫째, 건강측면에서 비만을 예방하기 위해 다이어트와 체중조절에 대한 사회적 압력이 존재하며, 둘째, 광고 등을 통해 비만이 비(非)감염성 질병라는 인식이 형성되어, 이러한 질병에 걸리지 않도록 개인의 노력이 필요하다고 보는 사회적 시선이 형성되었기 때문이다(임인숙 외, 2012). 이러한 시선은 현대사회에서 이상적 신체 기준의 범위를 벗어난 개인들이 부정적 피드백과 사회적 배척을 경험하며(Rodin et al., 1989), 특히 비만한 개인은 타인들로부터 부정적인 피드백을 받는 현상으로 나타난다(Crocker et al., 1993). 이상적 신체에 대한 사회문화적 기준은 부와 다산을 상징하는 통통한 체형에서 절제와 세련됨을 상징하는 마른 체형으로 바뀌었고(Kwan, 2009), 이로 인해 정상체중을 벗어나는 사람들에게는 호의적이지 않은 평가가 이루어졌다. 이러한 주위 사람들의 부정적 평가는 개인의 외모만족도를 떨어뜨리고, 자아존중감의 감소로 이어져(Stewart & Brook, 1993) 정신건강상의 문제를 초래하는 원인이 된다.

또한 시대와 사회가 설정한 외모 기준을 만족하는 몸은 경제자본이나 사회자본으로 전환이 가능한 일종의 자원으로서 활용가치를

찾는다. 인정받는 외모를 가진 여성들이 좋은 조건의 남자를 만나 계층 상향이동을 할 수 있는 기회가 많고, 동료 및 친구로부터 인기를 얻으며, 법정에서 호의적인 판결을 받는 등 타인의 도움을 더 많이 받는 경향이 있다(Synnott, 1990; 임인숙, 2004). 외모로 인해 이득을 보는 현상은 남성에게도 동일하게 나타난다(김혜균 외, 2014). 이러한 ‘육체자본’의 효과는 물질적 차원뿐만 아니라 자아존중감이나 통제감, 자신감 회복 등과 같은 심리적 차원으로도 나타난다(임인숙, 2004; 임인숙, 2005). 육체적 매력을 갖추는 것이 물질적으로나 자아존중감이나 통제감, 또는 자신감과 같은 내적자원의 측면으로나 도움이 된다는 점은 역으로 정상체중에서 벗어난 비만 혹은 과체중에 속한 사람이 물질적 차원 및 심리적 차원에서 불이익을 겪을 수 있음을 의미한다.

대부분의 연구에서 높은 체질량지수는 개인의 부정적 결과와 상관관계가 있음을 나타내고 있으나(Davillas, Benzeval, & Kumari, 2016), 몇몇 연구에서 높은 체질량지수가 개인의 긍정적인 성격과 관련이 있음을 주장한다(Crips & McGuiness, 1976; Jansen, Havermans, Nederkoorn, & Roefs, 2008). 이를 행복한 지방(Jolly Fat)이론이라 하는데, Crips & McGuiness(1976)에 따르면 체질량지수를 기준으로 분류한 상대적 체중에서 정상체중군에 비해 비만군에서 불안과 우울 증상의 수가 적었으며, Jansen 외(2008)에서도 체질량지수에 따라서 부정적 감정(Negative affect)이 높지 않았다. 특히 Jansen 외(2008)에서는 부정적 감정이 체질량지수 자체와는 유의미한 관계가 없지만 신체와 관련한 걱정(Body-related worrying)과 유의미한 관계가 있는 것으로 나타났다. 이는 우울이나 불안 등과 같은 정신건강 상의 위험이 체질량지수 자체에 의해 증가하기보다는 사회문화적으로 형성된 외모에 대한 기준에 의해 개인이 자신의 체질량지수를 판단하여 정신건강 상의 위험이 증가하는 것일 수 있음을 보여준다. 왜냐하면 Jansen 외(2008)를 제외한 다른 논문에서는 단순히 체질량지수, 체질량지수

를 기준으로 한 체중군 분류 등을 모형에 투입하였고(Carpenter et al, 2000; Grossel et al, 2004), 그 결과 체질량지수의 영향과 사회문화적 기준에 따른 체질량지수에 대한 개인의 반응이 미치는 영향을 분리하지 못한 것일 수 있기 때문이다. 따라서 신체의 객관적인 상태인 체질량지수와 이러한 신체에 대한 개인의 판단인 외모불만족을 한 모형에 투입하여 체질량지수의 직접효과와 간접효과를 분리하여 살펴봐야할 필요가 있다.

종합해보면 체질량지수가 높을수록 한국 사회에서 문화적으로 형성된 이상적 외모의 기준으로부터 멀어진다는 개인의 인식과 더불어 외형적으로 드러난 차이로 인해 불이익을 받거나 받을 수 있다는 점 때문에 체질량지수의 심리사회적 영향이 발생한다. 즉, 체질량지수의 심리사회적 영향은 개인에게 부정적인 결과를 초래한다. 단 체질량지수가 높은 사람은 성격적으로 긍정적이기 때문에 정신건강 측면에서 나은 성과를 보일 수 있다. 따라서 본 연구에서는 체질량지수와 외모불만족을 같은 모형에 투입하여 체질량지수 자체와 체질량지수에 대한 사회문화적 영향을 분리하여 살펴볼 수 있도록 한다. 더불어 저체중군은 정상체중 및 그 이상의 집단과 비교하였을 때, 사회문화적으로 형성된 기준의 적용을 받지 않을 수 있다. 또한 저체중군은 영양실조와 같은 신체적 증상 및 거식증과 같은 정신증적 특성이 있을 수 있으므로(Carpenter et al, 2000; 권민경, 박영숙, 2007), 저체중군을 제외한 나머지 집단에 있어서 체질량지수가 증가할수록 외모만족도가 낮아지고, 자아존중감이 낮아지며, 내재화 문제가 증가하는 모형을 구성한다.

이러한 체질량지수의 심리사회적 영향은 고등학생에 있어서도 유사하게 나타날 것이다. 왜냐하면 고등학생은 외모에 대한 사회문화적 기준을 가장 많이 수용하며(이미숙, 2008), 이렇게 수용한 이상적 외모의 기준과 자신의 몸을 지속적으로 비교할 수 있고 자신의 몸이 사회적으로 어떤 평가를 받을지 예상하기 때문이다.

제4절 외모만족도

외모만족도(Appearance Satisfaction)는 용모와 관련된 겉모습에 대한 만족감의 정도로서(김균량 외, 2008) 스스로의 외모에 대한 자신의 이미지와 타인이 자신의 외모를 어떻게 생각하는지에 대한 주관적이고 포괄적인 평가이다. 외모만족도는 한 문항으로 평가하기도 하나(조혜란 외, 2007), 신체 각 부분에 대한 주관적인 평가를 세세하게 내릴 수 있도록 하여 묻기도 한다(한준상 외, 2000). 한준상 외(2000)의 연구에 따르면 청소년이 불만이 많은 신체부위는 키, 몸무게, 다리, 치아 등으로 나타났고, 이상적인 신체상은 전반적으로 날씬한 몸매로 나타났다.

그러나 외모만족도는 신체적 상황으로만 정해지지는 않았는데 선행연구에 따르면 청소년기와 같이 신체가 불안한 상황일 때 외모만족도가 낮고, 남녀 모두 사회계층이나 생활수준이 높고 학교성적이 높을수록 외모만족도가 높았다(한준상 외, 2000). 또한 외모에 대한 만족은 우울감이나 불안감을 경감시키는 통제감으로 연결되며, 외모만족도가 높을수록 자기표현이 증가하거나 대인불안이 낮았다(한준상 외, 2000). 즉 높은 외모만족도는 청소년기의 정신건강에 중요한 요인으로 작용하였다.

한편 외모는 신체이미지와 의복을 포함한 시각에 감지되는 총체를 의미하므로, “문화적으로 규정된 이상적 신체의 형태 및 크기를 바탕으로 자신의 신체가 지닌 형태 및 크기를 판정한 것”을 의미하는 신체상을 포함한다(조혜란 외, 2007). 따라서 외모만족도는 “개인이 자신의 신체 크기 및 모양에 대해 긍정적으로 평가한 정도”인 신체상만족도(Body Image Satisfaction)를 포함한다(Hearterton & Hebl, 1998). 신체상만족도는 이상적 신체상과 자신의 신체상이 얼마나 일치하느냐에 따라 결정되며, 자신의 신체상과 이상적 신체상이 가까울수록 신체상만족도는 높아진다. 그리고 자신의 신체상이 이상적 신체상과 불일치할수록 신체상만족도는 낮아진다(Furnham,

Badmin, & Sneade, 2002). 그런데 이상적 신체상에 대한 객관적 평가 기준은 존재하지 않으므로 타인을 기준으로 삼거나 혹은 타인이 높게 평가하는 상태와 자신의 상태를 비교하여 정해진다(Lennon et al., 1999). 따라서 개인이 그 시대의 문화적인 영향을 받아 자신의 신체를 평가하기 때문에 체질량지수가 외모불만족에 영향을 미치게 된다. 특히 현대 사회의 이상적 신체 기준은 ‘날씬함’에 맞추어져 있기 때문에(Rhode, 2010), 체질량지수가 높을수록 이상적인 몸매와 자신의 몸매 사이의 괴리를 느끼고 신체상만족도가 낮을 것이며, 낮은 신체상만족도는 낮은 외모만족도로 이어져 결국 체질량지수에 따라 외모만족도가 체계적으로 차이가 나게 된다.

여고생 및 여대생을 대상으로 한 연구에서 체중이 많이 나갈수록 신체불만족 정도가 높았다(김정민 외, 2008). 초등학교 고학년 여학생을 대상으로 한 연구에서도 비만이 스스로의 신체에 대한 태도에 부정적인 영향을 미쳤다(유생열, 2011). 또한 측정된 객관적 비만뿐만 아니라 체형에 대해서 ‘뚱뚱하다’라고 인식하는 집단의 체형만족도가 낮았으며(연지영 외, 2013), 해외연구에서도 비만군과 비(非)비만군 여학생 사이의 비교를 통해 비만한 경우 자신의 신체에 대해 불만족하게 여기는 것으로 나타났다(Moore, 1993). 초등 및 고등 교육을 받는 학생을 대상으로 한 연구에서는 체중이 높다고 생각하는 경우, 내재화 문제의 수준이 더 높다는 보고도 있다(TerBogt et al, 2006).

이렇듯 자신의 신체 상태에 대한 평가 등을 통해 형성된 외모만족도는 정신건강에도 영향을 미치는데 자신이 원하는 외모에 도달하지 못할 경우 개인이 느끼는 상실감이 커져 자아존중감이 낮아지게 되고, 이로 인해 심한 불안과 스트레스, 우울증과 같은 심리사회적 건강문제를 경험할 수 있다(Clarke, Griffin, & PACC Research Team, 2008; McLaren & Kuh, 2004). 국내연구에서도 낮은 외모만족도는 20세 성인 여성의 낮은 자아존중감, 높은 우울, 낮은 삶의 만족도와 관련이 있고(박영례 외, 2009), 중학생 대상의 연구에

서는 체형에 대해 불만족할 때, 신체적·정신적 스트레스가 높았으며(이진숙 외, 2012), 정상체중 내에서도 자신을 과체중으로 인식하거나 저체중으로 인식할 때 체형만족도가 낮았으며, 자아존중감의 하락으로 이어졌다(이주연, 유조안, 2015).

외모만족도가 체질량지수의 영향을 받으며, 자아존중감을 낮추고, 내재화 문제의 수준을 높이는 것은 고등학생 집단에서도 나타날 것이다. 왜냐하면 고등학생 집단은 사회에 형성된 외모의 기준을 수용하고 있어(이미숙, 2008) 자신의 객관적 상황에 대해 인지적 평가를 내릴 수 있으며, 타인과의 비교를 통해 자신에 대한 평가를 수립하고(김정민 외, 2008; Festinger, 1954), 이러한 비교의 결과가 내재화 문제에 영향을 미치기 때문이다(TerBogt et al, 2006).

본 연구에서는 객관적 측정치인 체질량지수에 따른 신체 크기 및 형태의 전반적인 차이가 1차 스트레스 요인으로서 작용하여 2차 스트레스 요인인 외모불만족에 미치는 영향을 살펴보고 이러한 스트레스 요인이 스트레스의 발현인 고등학생의 내재화 수준에 영향을 미치는지 살펴본다. 또한 스트레스 요인이 내재화 수준에 영향을 미치는 과정에서 내적자원이 역할을 하는지, 위의 모든 과정에서 성별에 따른 차이는 없는지 살펴본다.

제5절 자아존중감

청소년의 정신 건강수준을 향상시키고 사회적응을 증진하는데 관련된 요인으로는 학교 환경, 다양한 활동시간 참여, 임파워먼트, 가족의 지지 등과 같은 개인 외적 요인과 사회성 관련 능력, 긍정적 자아존중감 등과 같은 개인 내적 요인이 있다. 이런 내적 요인들 중에서도 자아존중감은 청소년기가 자아확립의 과업을 달성해야하는 시기라는 점(Erikson, 1994)에서 우선적으로 다루어져야 한다.

자아존중감은 초기에 “실제 개인의 성과와 개인의 목표 혹은 열망 사이의 상대적인 균형 수준”(James, 1890)으로 정의되었다. 이러한 정의는 이후 “자아에 대한 긍정적이거나 부정적인 태도”(Rosenberg, 1965)로 이어졌다.

자아존중감이 높은 사람은 자기 자신을 가치 있다고 여기며, 자신의 흠이나 단점을 인정하지만, 자아존중감의 수준이 낮은 경우에는 자신의 약점을 강조하며, 자신에 대한 존경심이 부족하고, 스스로 부족하고 심각한 결함이 있다고 보는 경향이 있다(Rosenberg, 1979; Baumeister, 1997a). 이러한 경향은 청소년에게서도 나타나며(Lerner & Galambos, 1998) 따라서 자아존중감은 청소년 시기의 중요한 내적자원으로 기능한다.

자아존중감이 청소년 연구에서 중요한 변인으로 다루어지는 이유는 높은 자아존중감이 그 자체로 바람직한 상태이며, 개인이 경험하는 부정적인 사건의 영향을 보호(Protect) 및 완충(Buffer)하고(Zeigler-Hill, 2013), 긍정적인 발달산물의 달성을 촉진하기 때문이다. 또한 자아존중감은 개인의 생애주기에 따라 주변 환경과의 상호작용을 통해서 그 수준이 변화하기 때문에(Crocker & Wolfe, 2001; 정익중, 2007), 자아존중감에 영향을 미치는 여러 요인을 분석하는 것은 청소년의 주요 내적자원인 자아존중감(강기정 외, 2003; 김영숙, 2011)을 증진하는데 필요한 전략을 세우는데 중요하다. 국내 연구에서도 자아존중감은 청소년의 사회적 관계(강경훈

외, 2013), 건강행동(이상균, 2015), 주관적 삶의 질(황혜원, 2011), 학업성취(박현선 외, 2011) 등의 긍정적 발달산물과 정적인 관계를 갖고 있으며, 우울 및 자살 사고 등의 정신건강 문제와 부적인 관계를 갖고 있는 것으로 나타났다(신혜정 등, 2014).

이렇듯 청소년기의 내적자원으로서 중요한 역할을 하는 자아존중감은 체질량지수 및 외모만족도의 영향을 받는 것으로 알려져 있는데, 왜냐하면 자아존중감은 환경과의 상호작용에 의한 산물이면서(Baumeister, 1997b), 자기 수용의 과정이기 때문이다(Wells & Marwell, 1976; 장선철 외, 2004에서 재인용). 해외연구에서도 외모나 신체만족도는 청소년기의 자아존중감 형성에 있어서 매우 중요한 요인으로 나타났다(Harter, 1990). 국내연구에서는 체질량지수가 높을수록 자아존중감이 낮았으며(이상록, 김진희, 2011), 신체에 대한 불만족이 높을수록 자아존중감이 낮은 현상에 대해 초등학교(이주연 외, 2014), 중학생(이지은 외, 2012), 고등학교(고애란 외, 1996; 심정은 외, 1997)에서 나타나 아동·청소년 전 연령대에서 이상적 신체와 자신의 신체 사이의 괴리 및 이러한 괴리에 따른 불만족이 내적자원인 자아존중감과 연관이 있었다.

본 연구에서는 자아존중감을 객관적인 체질량지수와 주관적으로 인지된 외모불만족이라는 스트레스 요인의 영향을 받아 형성되는 자신에 대한 평가이자 청소년의 내적자원으로 본다. 이를 통해 자아존중감을 스트레스 과정모델에서의 중재요인으로써 활용한다. 자아존중감이 중재요인으로서 스트레스요인이 스트레스의 발현에 미치는 영향을 매개한다면 스트레스 요인이 발생할 때, 청소년의 내재화 수준을 위해 개입해야 할 지점에 대해서 함의를 줄 수 있을 것이다.

제6절 외모 관련 스트레스에 있어서 성별 차이

체질량지수 및 체형불만족이 내재화 문제에 미치는 과정에 있어서 성별 차이가 있을 수 있는데, 이는 외모에 대한 사회적 압박 및 보상에 있어서의 성별 차이로 설명된다.

체질량지수의 사회심리적 영향에 대한 연구는 여성을 중심으로 이루어져 왔다. 이는 대중매체를 중심으로 한 한국사회의 몸 관리 유행이 여성을 주요 대상으로 삼았기 때문이다(임인숙, 2004). 대중매체는 마른 몸 이미지를 대량생산함으로써 미적 기준을 획일화시키는 메커니즘으로 작용하며(Rhode, 2010), ‘여성다운 여성’이 되고 싶은 여성들은 잡지, TV 등의 여러 매체를 통해 전달되는 표준화된 시각 이미지를 통해서 여성성의 규범을 습득한다(임인숙, 2004). 이렇게 시대와 사회가 설정한 여성미를 구현한 몸은 경제자본이나 사회자본으로도 전환이 가능한 일종의 자원으로써 활용가치가 있다. 즉, 아름다운 성으로서의 역할에 충실한 여성들에 대한 차별적 보상과 그렇지 않은 여성들에게 가해지는 제재는 여성들의 자발적인 몸 관리를 이끌어내는 기제다. 실제로 여성들은 능력뿐만 아니라 외모를 기준으로 노동시장에서 선발되며 결혼 등과 같은 제도적인 부분에 대해서도 많은 영향을 받는다(임인숙, 2003). 이러한 양상은 남성도 사회적으로 이상화된 기준에 미치지 못하는 취약한 외모로 인해 불이익을 받는다는 점에서 비슷하지만, 남성의 외모불안 지대는 미팅나 연애 등 비교적 사적인 이성관계로 국한되며, 결혼과 같은 공식적이며 제도화된 이성관계나 취업과 같은 공적 영역의 경우에는 외모보다 능력이 우선된다는 점(임인숙, 2005)에서 여성과 차이가 있다. 외모 관리에 대한 사회적 압박 및 보상에 있어서 성별 차이를 고려할 때, 체질량지수라는 객관적 스트레스요인이 외모불만족이라는 주관적 스트레스요인에 미치는 영향은 여성이 남성에 비해 크고, 스트레스요인이 내적자원인 자아존중감을 감소시키는 정도 또한 여성이 남성에 비해 클 것으로 예상해볼 수 있다.

고등학생의 경우 사회적으로 형성된 이상적 신체상을 수용하고 있으며(이미숙, 2008), 여자 청소년이 외모의 사회적 유용성을 높게 지각하고 있다는 점에서(이미숙, 2012) 성인에 대한 연구에서 나타난 것과 비슷한 양상을 보일 것이다. 즉, 스트레스요인으로서 체질량지수의 영향이 여자 고등학생에게서 더 크게 나타나 남자 고등학생에 비해 여자 고등학생의 체질량지수가 외모불만족에 미치는 영향이 크고, 자아존중감을 감소시키는 정도 또한 크며 결과적으로 내재화 문제에 미치는 영향이 클 것이다. 다만 이에 대한 이론적인 접근이 아직 부족하므로 본 연구에서는 탐색적인 수준에서 체질량지수에 따른 스트레스 과정모델이 성별에 따라 차이가 있는지 살펴본다.

제7절 내재화 문제와 연관이 있는 기타요인

본 연구에서는 인구사회학적 특성을 통제하고자 성별 및 연령을 사용하고, 사회경제적 수준을 통제하고자 주관적 경제수준을 사용한다. 이는 남성에 비해 여성의 체질량지수(임희진 외, 2009), 외모만족도(장선철 외, 2004), 자아존중감이 낮으며(이지은 외, 2012), 우울 수준이 높은 것(남수정 외, 2012)으로 알려져 있으며, 청소년 집단에서는 연령이 높을수록 체질량지수가 높고, 우울 수준이 높은 것으로 알려져 있다(임희진 외, 2009). 연령의 영향은 자료의 한계로 학년을 통해 통제하고자 한다. 또한 사회경제적 수준이 낮을수록 연구의 종속변수인 우울 및 불안이 높으므로(이정선 외, 2012), 주관적 사회경제수준에 따른 응답을 활용하여 사회경제적 수준의 영향을 통제한다.

추가적으로 본 연구에서는 고등학생의 내재화 수준에 영향을 미치는 것으로 알려진 학업 성적, 가족관계, 또래관계를 통제변수로 투입한다. 이는 고등학생 시기의 특성상 학업이나 가족, 또래 관계에서 오는 스트레스를 함께 고려했을 때, 체질량지수 및 외모만족도가 미치는 영향은 유의하지 않을 수 있기 때문이다. 또한 위의 통제변수가 없는 모형에서 체질량지수 및 외모만족도가 내재화에 미치는 영향이 통계적으로 유의미할 경우, 체질량지수 및 외모로 인한 스트레스가 고민거리라고 할 근거는 되지만 사회복지적인 개입지점으로 고려되어야 할 근거로 활용되기에는 한계가 있기 때문이다.

그러므로 본 연구에서는 상정한 체질량지수 및 외모만족도가 내재화 문제에 미치는 과정을 고등학생의 내재화 문제 전반에 영향을 미치는 요인을 고려하면서 확인하고자 성별 및 사회경제적 수준을 통제하며, 체질량지수 및 외모만족도가 미치는 영향이 고등학생 시기의 다른 스트레스 요인과 함께 고려했을 때에도 통계적으로 유의한지 보고자 주관적 학업 성적을 통해 학업 관련 스트레스를, 가족관계의 질을 통해 가족 관계로 인한 스트레스를, 또래관계에 대한

응답을 통해 친구로 인한 스트레스를 모형에 투입한다.

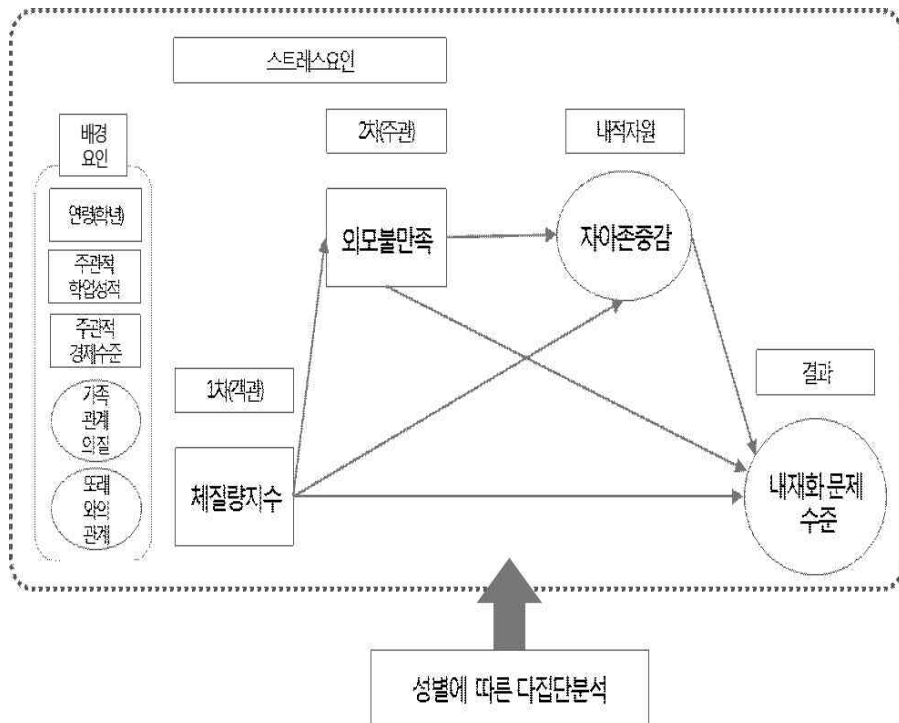
정리하면 본 연구에서 개념적으로 인구사회학적 변수인 성별과 연령, 그리고 청소년기의 정신건강에 영향을 미칠 수 있는 경제적 스트레스요인, 학업관련 스트레스요인, 가족관련 스트레스요인, 또래관련 스트레스요인을 통제하고자 하였다. 그러나 자료의 한계로 연령은 학년으로, 경제적 스트레스요인은 주관적인 경제수준, 학업관련 스트레스요인은 주관적 학업성적, 가족관련 스트레스요인은 가족관계의 질에 대한 주관적인 응답, 또래관련 스트레스요인은 또래와의 관계에 대한 주관적인 응답을 활용하여 측정하였다.

제3장 연구모형 및 연구가설

제1절 연구모형

스트레스 과정모델에 입각하여 체질량지수, 외모만족도가 고등학생의 내재화 문제에 미치는 영향을 자아존중감이 매개하는지에 대해 살펴본다. 이후 이상적 외형을 달성하는 것에 대한 사회적 압박 및 보상이 성별에 따라 다르다는 기존 연구의 논의에 따라 성별에 따른 차이를 탐색적으로 살펴본다. 개념적 연구모형은 <그림2>와 같다.

정리하면 본 연구 모형에서 종속변수는 내재화 문제 수준이고, 독립변수는 체질량지수이며, 매개변수는 외모불만족과 자아존중감이다. 또한 독립변수의 영향력을 엄밀하게 파악하기 위해, 청소년기의 정신건강에 주요한 영향을 미치는 것으로 알려진 연령, 경제수준, 학업성적, 가족과의 관계, 또래와의 관계 등을 통제변수로 투입하였다. 한편, 주요 변수들 간의 관계가 남녀 집단에서 서로 다르게 나타나는지 검증하고자 성별을 집단 구분 변수로 활용하였다.



<그림2> 연구모형

제2절 연구가설

위에서 제기한 연구문제를 통계적으로 검증할 수 있는 가설의 형태로 서술하면 다음과 같다.

[연구문제 1] 다른 스트레스 요인을 고려한 상태에서, 체질량지수(1차 스트레스요인) 및 외모불만족(2차 스트레스요인)이 내재화 문제 수준에 영향을 미치는가?

연구가설1-1. 체질량지수가 높을수록 내재화 문제가 높을 것이다.

연구가설1-2. 외모불만족이 높을수록 내재화 문제가 높을 것이다.

연구가설1-3. 체질량지수에 의해 설명된 내재화 문제 수준 변량의 일정 부분이 외모불만족에 의해 설명될 것이다.

[연구문제 2] 다른 스트레스 요인을 고려한 상태에서, 체질량지수(1차 스트레스요인) 및 외모불만족(2차 스트레스요인)이 자아존중감(내적자원)에 영향을 미치는가?

연구가설2-1. 체질량지수가 높을수록 자아존중감이 낮을 것이다.

연구가설2-2. 외모불만족이 높을수록 자아존중감이 낮을 것이다.

[연구문제 3] 다른 스트레스 요인을 고려한 상태에서, 체질량지수(1차 스트레스요인) 및 외모불만족(2차 스트레스요인)이 고등학생 시기의 내재화 문제 수준(스트레스 발현)에 미치는 영향은 자아존중감(내적자원)에 의해 매개되는가?

연구가설2-1. 체질량지수에 의해 설명된 내재화 변량의 일정 부분이 외모불만족 및 자아존중감에 의해 설명될 것이다.

연구가설2-1-1. 체질량지수에 의해 설명된 내재화 변량의 일정 부분이 자아존중감에 의해 설명될 것이다.

연구가설2-1-2. 체질량지수에 의해 설명된 내재화 변량의 일정 부분이 외모불만족과 자아존중감에 의한 연속 매개로 설명될 것이다.

연구가설2-2. 외모불만족에 의해 설명된 내재화 변량의 일정 부분이 자아존중감에 의해 설명될 것이다.

[연구문제 4] 위 관계에 있어서 성별 차이가 있는가?

제4장 연구방법

제1절 연구대상

‘2010년 한국 청소년 건강실태조사’는 한국청소년정책연구원(NYPI)이 2010년을 기준으로 제주도를 제외한 전국의 초등학교 4학년부터 고등학교 3학년까지의 학생을 모집단으로 하여, 층화집락 추출법으로 표본을 추출하였다. 구체적인 표집과정은 다음과 같다. ‘2009년 교육통계연보’를 표집틀로 하여 모집단을 교급에 따라 초등학교, 중학교, 인문계 및 전문계 고등학교로 나누고 12개 지역으로 분류하였다. 표집을 위해 1차 추출단위를 학교로, 2차 추출단위를 학급으로, 3차 추출단위를 학생으로 하고 학교별 학생 수를 반영하여 규모비례확률표집법(Probability Proportional to Size, PPS)을 적용하였다. 이후 학교당 1개 학급을 선정하여 해당 학급 내의 학생을 전수 조사하였다(최인재, 2010).

표본으로 선정된 9,844명의 아동·청소년들을 대상으로 2010년 6월 21일에서 7월 22일 기간 사이에 학급단위 자기기입식으로 설문조사를 실시하였다. 최종표본은 초등학교 고학년 2,657명(26.9%), 중학생 3,254명(33.1%), 일반계와 전문계를 포함한 고등학생 3,933명(40.0%), 총 9,844명이었다. 이 중 여자청소년은 4,784명(48.6%)이고, 남자청소년은 5,060명(51.4%)이다(최인재, 2010). 본 연구에서는 주요변수인 BMI산출을 위해 필요한 키와 몸무게에 응답한 학생 중 저체중군을 제외한 고등학생의 응답을 분석에 활용하고자 한다. 분석에 포함될 고등학생은 3,620명(남 1,893명, 여 1,727명)이다. 고등학생만을 분석대상으로 삼는 이유는 2차 성징이 완료된 시기이며, 자아정체감 형성에 따라 자아존중감의 확립이 필요한 시기이고, 아동·청소년 전체 시기 중 내재화 문제 수준이 가장 높은 때이기 때문이다.

제2절 변수의 정의 및 측정

1. 종속변수 : 내재화 문제

청소년의 정신건강지표로는 우울, 불안, 자살 생각, 스트레스, 비행 등 여러가지가 있으나(최인재 외, 2011), 본 연구에서는 청소년기의 정신건강을 측정하는데 유용한 척도로 알려진 우울 및 불안을 활용한다(오경자 외, 1997).

본 연구에서 사용한 우울 및 불안 척도는 Achenbach(1991)가 개발한 것을 오경자 등(1997)이 표준화한, 청소년 자기행동 평가척도(Korean-Youth Self Report, K-YSR)를 구성하는 119문항 중 불안 및 우울 요인에 해당하는 7문항이다. 본래 불안 및 우울 요인에 해당하는 문항은 13문항이나 '2010년 한국 청소년 건강실태조사'에서는 1)전문가 의견조사를 통해 수정사항 검토 및 내용타당도 검증, 2)예비조사 실시, 3)예비조사 과정에서 나타난 문제점 검토, 4)전문가 자문 및 심의위원회 검토를 통해 7문항으로 축소하여 척도로 사용하였다(최인재, 2010).

우울 문항에는 우울증 환자의 임상적 특성을 반영하고, 불안 문항에는 초조, 신경과민, 두려움 및 불안 관련 주요한 증세를 포함하고 있다. 각 측정도구들은 각 문항에 대해 3점 척도(전혀 그렇지 않다=0점, 가끔 그렇다=1, 자주 그렇다=2)로 구성되었다([표1] 참고).

본 연구에서는 점수가 높을수록 우울 및 불안 정도가 심함을 의미하도록 코딩한 뒤, 잠재변수화한다. 같은 문항을 사용한 선행연구에서 척도의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .88이었으며(김성수, 2013), 본 연구에서 사용할 자료상에서 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .885로 나타났다.

[표1] 내재화 문제 측정문항

| 구분 | 문항 | | |
|--------|-----|------|-----------------------|
| 내재화 문제 | 우울감 | 내재화1 | 외롭다 |
| | | 내재화2 | 기분이 울적하다 |
| | | 내재화3 | 허무한 느낌이 든다 |
| | 불안감 | 내재화4 | 신경이 예민하고 마음의 안정이 안 된다 |
| | | 내재화5 | 아무런 이유 없이 불안하다 |
| | | 내재화6 | 긴장이 된다 |
| | | 내재화7 | 심장(가슴)이 마구 뛰다 |

2. 독립변수

1) 체질량지수

독립변수인 체질량지수(Body Mass Index, BMI)는 응답자 스스로 보고한 체중과 신장을 이용하여 아래의 산식으로 계산하였으며, 값이 클수록 체질량지수가 높다.

$$\text{체질량지수(BMI)} = \text{몸무게(Kg)} \div \{ \text{신장(m)} \times \text{신장(m)} \}$$

일반적으로 계산값이 18.5 미만일 때를 저체중, 18.5에서 22.9일 때를 정상체중, 23에서 25 미만일 때를 경도비만, 25이상 30미만인 경우 중등도비만, 30 이상인 경우 고도비만으로 본다(WHO/IASO/IOTF, 2000). 단, 위의 기준은 성인에 적용된다.

아동·청소년을 대상으로 하는 경우에는 체질량지수를 활용하여 95백분위수 이상일 경우 비만, 85~95백분위수 사이일 경우 비만의 고위험군으로 간주하며, 15백분위수 이하인 경우 저체중으로 보고하며 나머지 15백분위수 초과 85백분위수 미만의 경우에는 표준범위내로 간주한다. 본 연구에서는 ‘2007년 한국 소아청소년 성장도표’에서 제시하는 성별·연령별 체질량지수(BMI)를 기준으로 하여 개인의 BMI가 5백분위수 미만을 저체중으로 분류하였다. 그리고 저체중 집단은 영양부족 및 허약 등과 같은 신체적 질환이 있는

군으로 분류되어 다른 집단과는 따로 분석된다는 점을 고려하여, 저체중 집단을 분석대상에서 제외하고 나머지 집단에서 체질량지수가 높을수록 어떠한지에 대해서 분석하고자 한다.

2) 외모불만족

외모만족도는 신체 각 부분에 대한 만족도에 대한 응답을 바탕으로 구해지기도 하지만(한준상 외, 2000), 전반적인 외모 혹은 신체에 대한 만족도를 물어보는 한 문항을 통해 측정된다(이주연 외, 2014; 노혜정 외, 2011; 정익중 외, 2011). 2010년 청소년 건강실태조사에서는 ‘자신의 체형(몸매)이 어떻다고 생각하십니까?’라는 외모만족도에 관한 질문에 대해 5점 척도(1=전혀 만족하지 못한다, 2=만족하지 못하는 편이다, 3=보통이다, 4=만족하는 편이다, 5=매우 만족한다)로 응답하도록 구성되어 있다. 본 연구에서는 외모만족도에 대한 청소년의 응답을 역코딩하여 점수가 높을수록 자신의 체형 및 몸매에 불만족한 정도가 높도록 조작화한다.

3. 매개변수 : 자아존중감

자아존중감은 Rosenberg(1965)의 척도를 전병제(1974)가 번안한 문항 중 긍정적 자아존중감에 해당하는 문항을 이용한다. 원 척도는 긍정적 자아존중감 5문항과 부정적 자아존중감 5문항의 총 10문항으로 구성되어 있으나 예비조사 결과 및 전문가 의견을 고려하여 긍정적 자아존중감에 해당하는 5문항만이 본조사에 활용되었다(최인재, 2010).

각 문항은 4점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 2=그렇지 않은 편이다, 3=그런 편이다, 4=매우 그렇다)로 측정되었으며, 척도의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .850으로 나타났다([표2] 참고).

[표2] 자아존중감 측정문항

| 구분 | 문항 | |
|-------|--------|--------------------------------|
| 자아존중감 | 자아존중감1 | 나는 내가 다른 사람들처럼 가치있는 사람이라고 생각한다 |
| | 자아존중감2 | 나는 좋은 성품을 가졌다고 생각한다 |
| | 자아존중감3 | 나는 대부분의 다른 사람들과 같이 일을 잘할 수가 있다 |
| | 자아존중감4 | 나는 내 자신에 대하여 긍정적인 태도를 가지고 있다 |
| | 자아존중감5 | 나는 내 자신에 대하여 대체로 만족한다. |

4. 통제변수 : 성별, 연령, 주관적 경제수준, 주관적 성적수준, 가족관계의 질, 또래와의 관계

본 연구에서는 통제변수로 성별, 연령, 주관적 경제수준, 주관적 성적수준, 가족관계의 질, 또래와의 관계를 활용한다.

인구사회학적 변수인 성별의 경우, 남성(0), 여성(1)으로 나눌 것이다. 연령은 생년월일을 측정한 문항이 없어 학년으로 갈음하였다. 고등학생 집단이므로 1~3학년 사이에 연구대상이 모두 포함되었다. 더미변수로 사용하지 않고, 연속변수로 사용하는 것은 집단 간 차이를 보는 것이 본 연구의 주된 목적이 아니며 학년 간 차이를 설명할 이론적 근거가 확실하지 않기 때문이다.

다음으로 사회경제적 환경을 의미하는 변수로 주관적 경제수준을 활용한다. 주관적 경제수준은 ‘귀하의 가정형편(경제수준)은 다음 중 어디에 해당되니까?’라는 단일 문항을 통해 리커트식 7점 척도로 측정하였고, 점수가 높을 수록 소득수준이 높도록 조작화한다.

주관적 성적수준은 ‘반에서 학업성적은 다음 중 대략 어디에 해당된다고 생각하십니까?’라는 단일 문항이다. 5점 척도(1=매우 못하는 수준, 2=못하는 수준, 3=중간, 4=잘하는 수준, 5=매우 잘하는 수준)로 구성되며, 점수가 높을 수록 청소년이 주관적으로 느끼는 자신의 성적이 높음을 의미하도록 조작화한다. 이를 통해 주관적 성적수준이 높을 수록 성적으로 인한 스트레스를 적게 받는지 살펴

보고자 하였다.

가족관계의 질은 5문항의 4점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 2=그렇지 않은 편이다, 3=그런 편이다, 4=매우 그렇다)로 구성되며([표3] 참고), 점수가 높을 수록 청소년이 주관적으로 느끼는 가족관계의 질이 높음을 의미하도록 잠재변수화한다. 이를 통해 가족관계의 질이 높을수록 가족으로 인한 스트레스를 적게 받는지 살펴보고자 하였다. 참고로 가족관계의 질에 대한 척도의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .911로 나타났다.

또래와의 관계는 3문항의 4점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 2=그렇지 않은 편이다, 3=그런 편이다, 4=매우 그렇다)로 구성되며, 점수가 높을 수록 청소년이 주관적으로 느끼는 또래와의 관계가 좋음을 의미하도록 잠재변수화한다. 이를 통해 또래와의 관계가 좋을수록 또래와의 관계로 인한 스트레스를 적게 받는지 살펴보고자 하였다. 덧붙여서 또래와의 관계를 측정한 척도의 신뢰도 계수 Cronbach's α 는 .838로 나타났다([표3] 참고).

[표3] 가족관계의 질, 또래와의 관계 측정문항

| 구분 | 문항 | |
|---------|-------|-------------------------------|
| 가족관계의 질 | 가족관계1 | 우리 가족은 서로를 아껴준다 |
| | 가족관계2 | 우리 가족은 함께 시간을 보내는 것을 즐긴다 |
| | 가족관계3 | 우리 가족은 힘들 때 서로 의지하고 도와준다 |
| | 가족관계4 | 우리 가족은 서로 친하다 |
| | 가족관계5 | 우리 가족은 서로에게 일어나는 일에 관심이 많다 |
| 또래와의 관계 | 또래관계1 | 학교에 내가 믿고 이야기를 나눌 친구가 있다 |
| | 또래관계2 | 학교 친구들과 같이 있을 때 마음이 편하다 |
| | 또래관계3 | 나는 쉬는 시간에 혼자 있기보다 친구들과 함께 지낸다 |

제3절 분석방법

1. 분석개괄

본 연구에서는 자료의 빈도분석, 기술통계(평균, 표준편차, 왜도, 첨도)를 통해 조사대상자의 특성을 파악하며 동시에 자료가 구조방정식을 통해 분석하기에 적합한지 살펴본 뒤, 확인적 요인분석을 통해 측정변수가 잠재변수를 적절하게 측정하고 있는지 확인하다. 이후 구조방정식을 통해 변인 간의 관계 및 매개경로의 유의도 등을 살펴본다. 전체집단에 대한 구조모형을 분석한 후에는 성별에 따른 차이를 살펴보기 위해 다중집단 분석을 진행한다. 다중집단분석에서는 측정모형 동질성 검증을 한 다음 구조모형 동질성 검증을 하는 접근을 취한다(배병렬, 2011). 주요 변수들에 대한 기초 통계분석은 SPSS21, 구조방정식에 기반한 분석은 AMOS 21을 이용했다.

2. 구조방정식 분석의 필요성

구조방정식 분석은 이론적 모형을 검증하고 개발할 때 매우 적절한 방법으로, 측정변수를 통해 잠재변수를 추정하면서 모형의 전반적인 적합도에 대한 추리통계가 가능하며, 변수들 사이의 직접효과 및 간접효과, 총효과를 분석하여 복잡한 변수 간의 관계를 통합적으로 제시하는데 적합하다(Hair et al, 2006). 따라서 스트레스 과정 모델의 다양한 경로를 분석해야하는 본 연구의 분석모형에 적합한 기법이다.

기존 통계기법에 비해 구조방정식이 분석방법으로서 갖는 장점을 살펴보면 첫째, 구조방정식 분석은 측정오차를 고려하여 변수와 변수 사이의 관계를 파악할 수 있다. 회귀분석 등의 기존 분석에서는 모형에 투입할 변수에 대한 신뢰도를 계산한 후 관례에 따라 신뢰도 기준을 만족하지 못하거나, 신뢰도 기준을 만족하더라도 충분한

설명력을 가지지 못하는 변수를 제외하는 과정을 거치는데, 이때 선정된 각 측정값에 대한 오류가 없다고 간주하기 때문에 분석 시 측정오차를 고려하지 못한다는 한계가 있다(배명렬, 2011). 반면에 구조방정식 분석은 확인적 요인분석을 통해 잠재변인을 구성하는 다중 지표들이 지니는 측정오차를 고려할 수 있고, 측정오차와 구조오차를 포함하여 모형의 구조를 기존 통계분석에 비해 수리적으로 명확하게 파악할 수 있다(이학식, 임지훈, 2011).

둘째, 구조방정식 분석은 이론 모형에 대한 통계적 평가가 가능하다(Hair et al, 2006). 기존 회귀분석 등에서는 연구모형이 종속변수의 변량을 어느 정도 설명하는지에 따라 설명력을 계산할 수는 있었지만 이러한 설명력에 대한 유의도 검정은 따로 실시하지 않았다. 그러나 구조방정식 분석에서는 연구모형이 실제 자료에 얼마나 부합되는지 유의도 검정 등을 통해 평가가 가능하다.

셋째, 구조방정식 분석은 매개변수의 사용이 기존 통계방법에 비해 용이하다(배명렬, 2011). 매개변수는 특성상 모형에서 독립변수와 종속변수의 역할을 동시에 하는데, 회귀분석의 경우 한 변수가 독립변수 혹은 종속변수로서만 역할을 수행할 수 있기 때문에, 두 개 이상의 매개변수를 동시에 투입하여 함께 평가하기 어렵다(Hair et al, 2006). 그러나 구조방정식 분석은 다수의 매개변수를 포함하여 한번에 분석이 가능하며, 나아가 구조오차와 측정오차를 고려할 수 있기 때문에 변수의 연속매개효과 혹은 병렬매개효과를 파악하는데 유용하다(Galmonte, & Actis-Grosso, 2015).

3. 구조방정식을 활용한 분석 방법

연구 질문에 답하기 위해 조사도구로 사용한 변수 간의 경로를 파악하기 위한 구조방정식을 통한 분석을 실시한다. 모수의 추정방법은 결측치를 추정된 상태에서 분석을 하는 완전정보최대우도법(Full Information Maximum Likelihood method, FIML)을 사용하며,

분석절차는 연구모형에 포함된 잠재변수의 개념적 측정이 적절한지 살펴보기 위해 확인적 요인분석을 실시하여 측정모형의 적합도를 검증하고, 잠재변수 사이의 관계를 파악하기 위한 구조모형 분석을 실시하는 2단계 접근방법(two-step analysis)에 의해 분석을 실시한다(배병렬, 2011).

측정모형과 구조모형의 적합도를 판단하는 기준으로는 카이제곱(χ^2) 통계량과 RMSEA(Root Mean Square Error of Approximation) 같은 절대적합지수와 IFI(Incremental fit index), CFI(Comparative Fit Index) 같은 증분적합지수를 이용하여 종합적으로 판단한다(홍세희, 2000). 각 적합도 지수의 적합기준은 증분적합지수의 경우 .9 이상은 적합하다고 판단할 수 있으며, RMSEA는 .08 이하는 괜찮은 적합도이며, .05보다 낮은 경우에는 좋은 적합도로 볼 수 있다(Browne & Cudeck, 1993). 그리고 간접효과의 유의도를 판단하기 위해 붓스트랩(bootstrap)을 1000회 실시하고 95% 신뢰구간(Bias-corrected Confidence Interval)을 구하였다. 붓스트랩 방법을 적용하기 위해 본 연구에서는 단일대치법 중에서 결측이 있는 변수의 값을 다른 변수들의 특성을 고려해서 평균을 추정하여 분석하는 최대우도법(Maximum Likelihood)을 이용하여 결측치를 대체하였다. 이를 통해 결측치 처리로 인한 유의한 결과가 과장되는 것을 방지하고 변수의 일관성 있는 결과를 나타내고자 하였다(배병렬, 2011). 그런데 연구모형에서 매개경로 중 ‘체질량지수→외모불만족→자아존중감→내재화 문제 수준’으로 이어지는 연속매개 경로 등이 있으므로 AMOS에서 기본적으로 제공하는 간접효과의 유의도 검증으로는 검증이 어렵다. 따라서 팬텀변수를 활용하여 특정 간접효과(specific indirect effect)에 대한 유의도를 확인하고자 한다. 팬텀변수는 가상의 변수로서 모델적합도 및 모수치에 영향을 주지 않으며, 원하는 경로의 유의도를 확인하는데 도움이 된다(Macho & Lederman, 2011). 팬텀변수의 이용을 위해서는 관심있는 경로의 매개변수 및 최종종속변수의 수만큼 새

로운 잠재변수를 만들어 직접효과로 서로 연결해야 한다. 예를 들어, ‘체질량지수→외모불만족→자아존중감→내재화 문제 수준’에 대해서 팬텀변수를 통해 분석하는 경우, 외모불만족, 자아존중감, 내재화 문제 수준에 해당하는 잠재변수를 새롭게 만든 후 체질량지수와 외모불만족, 외모불만족과 자아존중감, 자아존중감과 내재화 문제 수준을 직접효과로 서로 연결해야 한다. 잠재변수를 형성하여 원모형을 복제한 후 새롭게 만들어진 경로계수 이름과 원모형의 경로계수 이름을 동일하게 설정하여 각각의 경로계수가 동일한 값이 되도록 제약한다. 이후에는 분석을 통해 간접효과의 계수 및 유의도를 살펴볼 수 있게 된다(Macho & Lederman, 2011). 본 연구에서 팬텀변수를 활용하여 검증하려는 경로는 4개 경로이다([표4]참고).

[표4] 특정간접경로 설명

| | 경로 | 관련가설 |
|---------|-----------------------|----------|
| 특정간접경로1 | 체질량지수→외모불만족→내재화 | 가설 1-3 |
| 특정간접경로2 | 체질량지수→자아존중감→내재화 | 가설 2-1-1 |
| 특정간접경로3 | 체질량지수→외모불만족→자아존중감→내재화 | 가설 2-1-2 |
| 특정간접경로4 | 외모불만족→자아존중감→내재화 | 가설 2-2 |

제5장 연구 결과

제1절 연구대상의 일반적 특성

1. 주요 변수의 기술 통계

주요변수의 기술통계 분석 결과는 [표5]와 같다. 연구 대상의 내재화 수준은 평균 0.418점에서 1.015점으로 중위값보다 낮은 수준이었고, 체질량지수는 평균 21.302로 나타났다. 연구대상의 자아존중감은 평균 1.723점에서 1.996점으로 중위값보다 높은 수준이었다. 연구대상 중 남성은 1893명(52.3%), 여성은 1727(47.7%) 이었고, 1학년 1257명(35.4%), 2학년 1181명(33.2%), 3학년 1116명(31.4%)이었다. 연구대상이 응답한 주관적 경제수준은 평균 3.923점으로 중위값(4점)과 비슷하였다. 연구대상이 응답한 주관적 학업성적은 평균 2.830점으로 중위값(2.5점)보다 조금 높았다. 연구대상이 응답한 가족과의 관계는 평균 2.914점에서 3.128점으로 중위값(2.5점)보다 조금 높았다. 친구와의 관계에 대해서는 평균 3.042점에서 3.117점으로 중위값(2.5점)보다 높은 응답이 나타났다.

다음으로 구조방정식을 실행하기에 본 자료가 적합한지 확인하기 위해 일변량 정규성과 다변량 정규성을 확인하였다. 각 변인의 일변량 정규성 가정 충족 여부를 확인하기 위해서는 자료의 비대칭성 정도를 의미하는 왜도와 정규분포곡선에 대해 분포의 중간이나 꼬리에 있는 점수의 비율이 상대적으로 어느 정도를 보여주는 첨도를 살펴봐야 한다. 본 연구에서는 [표5]에서 처럼 모든 변수에서 왜도는 절대값이 3 미만, 첨도는 10미만으로 나타나 정규성 가정을 충족하는 것으로 나타났다(Kline, 2005).

[표5] 주요 변수의 기술 통계

| 변수명 | | | 범위 / 범주 | 평균(SD)/ 사례수(%) | 왜도 | 첨도 | 결측사례수(%) |
|------------------|-----------------------|--------|-------------------|-------------------|-------|-------|----------|
| 종 속 변 수 | 내 재 화 | 내재화1 | 0~3 | 0.789(0.783) | .865 | .456 | 18(0.51) |
| | | 내재화2 | 0~3 | 0.975(0.817) | .633 | .009 | 17(0.48) |
| | | 내재화3 | 0~3 | 1.015(0.875) | .599 | -.297 | 22(0.62) |
| | | 내재화4 | 0~3 | 0.887(0.861) | .725 | -.173 | 23(0.65) |
| | | 내재화5 | 0~3 | 0.629(0.820) | 1.214 | .781 | 20(0.56) |
| | | 내재화6 | 0~3 | 0.678(0.795) | 1.047 | .546 | 24(0.68) |
| | | 내재화7 | 0~3 | 0.418(0.692) | 1.719 | 2.643 | 23(0.65) |
| 독 립 변 수 | | 체질량지수 | 16.8 ~36. 8 | 21.302(3.003) | 1.431 | 2.954 | 0(0.00) |
| 매 개 변 수 | | 체형불만족 | 1~4 | 2.871(0.715) | -.287 | -.036 | 33(0.93) |
| | 자 아 존 중 감 | 자아존중감1 | 0~3 | 1.916(0.755) | -.446 | .056 | 7(0.20) |
| | | 자아존중감2 | 0~3 | 1.827(0.745) | -.311 | -.100 | 6(0.17) |
| | | 자아존중감3 | 0~3 | 1.996(0.690) | -.521 | .612 | 8(0.23) |
| | | 자아존중감4 | 0~3 | 1.858(0.770) | -.328 | -.203 | 9(0.25) |
| | | 자아존중감5 | 0~3 | 1.723(0.795) | -.249 | -.339 | 6(0.17) |

[표5] 주요 변수의 기술 통계(계속)

| 변수명 | | 범위/ 범주 | 평균(SD)/ 사례수(%) | 왜도 | 첨도 | 결측사례수(%) | |
|----------------------------|----------------------------|--------------|----------------------------|--------------|--------|----------|----------|
| 기 타 외 생 변 수 | 성별 | 0=남성 1=여성 | 1893(52.3%) 1727(47.7%) | | | 0(0.00) | |
| | 학년 | 1~3 | 1.962(0.816) | .073 | -1.496 | 0(0.00) | |
| | 경제수준 | 1~7 | 3.923(1.111) | -.127 | .256 | 23(0.65) | |
| | 학업성적 | 1~5 | 2.830(0.999) | .086 | -.363 | 11(0.31) | |
| | 가 족 관 계 의 질 | 가족관계 의 질1 | 1~4 | 3.062(0.684) | -.540 | .650 | 8(0.23) |
| | | 가족관계 의 질2 | 1~4 | 2.806(0.825) | -.252 | -.505 | 9(0.25) |
| | | 가족관계 의 질3 | 1~4 | 2.914(0.734) | -.438 | .158 | 13(0.37) |
| | | 가족관계 의 질4 | 1~4 | 3.128(0.721) | -.600 | .337 | 11(0.31) |
| | | 가족관계 의 질5 | 1~4 | 3.015(0.764) | -.544 | .115 | 13(0.37) |
| | 또 래 와 의 관 계 | 또래와의 관계1 | 1~4 | 3.117(0.731) | -.743 | .772 | 10(0.28) |
| | | 또래와의 관계2 | 1~4 | 3.042(0.722) | -.624 | .606 | 11(0.31) |
| | | 또래와의 관계3 | 1~4 | 3.071(0.705) | -.556 | .492 | 9(0.25) |

2. 성별에 따른 차이

성별에 따른 주요변수의 차이를 살펴보면 [표6]과 같다. 먼저 내재화 수준 문제에 대해서 모든 문항에서 여학생 답변의 평균이 남학생 답변의 평균보다 유의미하게 높았다. 체질량지수의 경우, 남학생이 여학생에 비해 유의미하게 높았다. 체형불만족은 여학생이 남학생에 비해 유의미하게 높았는데, 이는 여학생이 남학생에 비해 외모에 신경을 더 많이 쓰고 있음을 보여준다. 자아존중감의 경우,

‘나는 내가 다른 사람들처럼 가치있는 사람들과 있다고 생각한다’ ,
‘나는 대부분의 다른 사람들과 같이 일을 잘할 수가 있다’ 의 문항에 대해서는 차이가 유의미하지 않았고, ‘나는 좋은 성품을 가졌다고 생각한다’ , ‘나는 내 자신에 대하여 긍정적인 태도를 가지고 있다’ , ‘나는 내 자신에 대하여 대체로 만족한다’ 란 문항의 응답은 남학생이 여학생에 비해 유의미하게 높았다. 가족관계의 질에 대한 문항에서 ‘우리 가족은 서로를 아껴준다’ , ‘우리 가족은 힘들 때 서로 의지하고 도와준다’ , ‘우리 가족은 서로에게 일어나는 일에 관심이 많다’ 란 항목에서는 성별에 따른 차이가 유의미하지 않았고, ‘우리 가족은 함께 시간을 보내는 것을 즐긴다’ , ‘우리 가족은 서로 친하다’ 란 문항의 응답은 여학생이 남학생에 비해 유의미하게 높았다. 마지막으로 또래와의 관계에 대한 문항에서는 ‘학교에 내가 믿고 이야기를 나눌 친구가 있다’ 에서 여학생이 남학생에 비해 유의미하게 높은 것 외에 다른 문항에서는 성별에 따른 응답의 차이가 유의미하지 않았다.

[표6] 성별에 따른 주요 변수의 차이

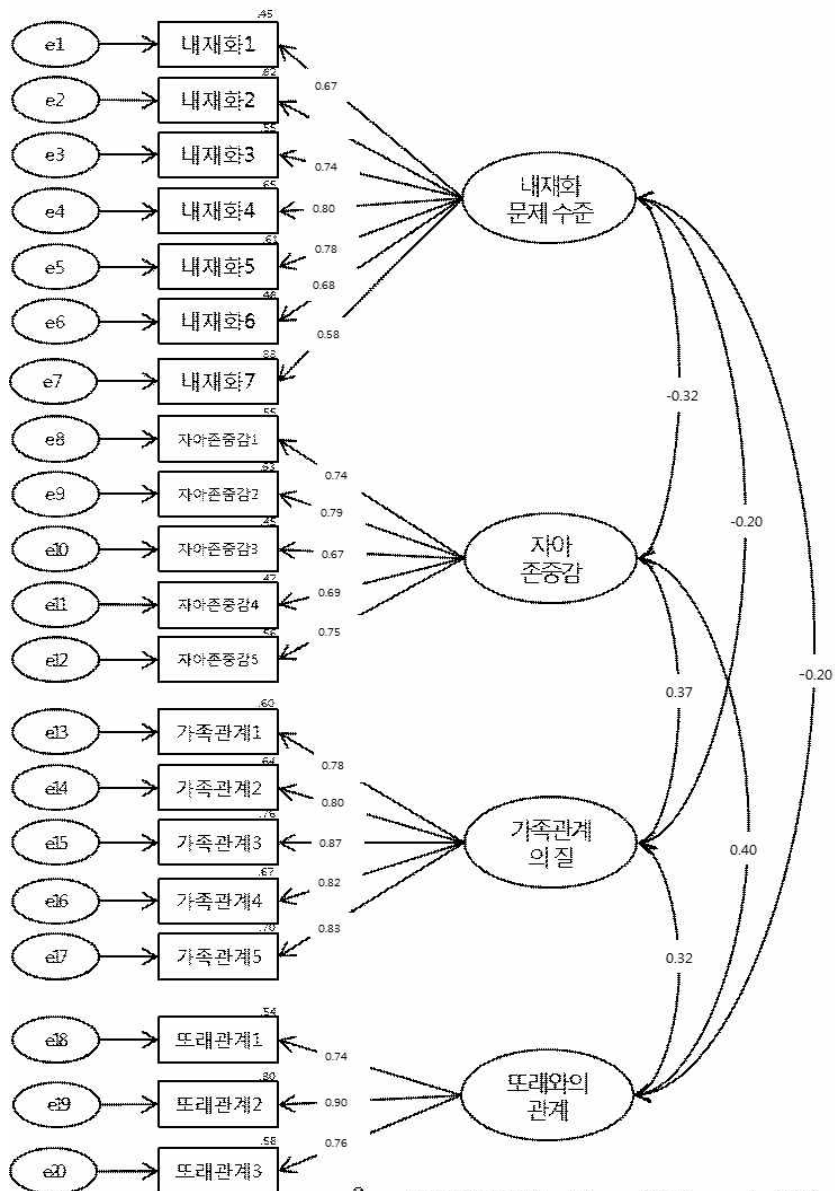
| 변수명 | | | 평균(표준편차) | | t값 |
|----------------------------|----------------------------|----------|---------------|---------------|------------|
| | | | 남 (N=1893) | 여 (N=1727) | |
| 종 속 변 수 | 내 재 화 | 내재화1 | 0.641(0.764) | 0.951(0.769) | -11.983*** |
| | | 내재화2 | 0.767(0.782) | 1.206(0.794) | -16.561*** |
| | | 내재화3 | 0.883(0.843) | 1.162(0.883) | -9.577*** |
| | | 내재화4 | 0.740(0.820) | 1.048(0.871) | -10.776*** |
| | | 내재화5 | 0.483(0.744) | 0.790(0.866) | -11.237*** |
| | | 내재화6 | 0.604(0.767) | 0.761(0.814) | -5.910*** |
| | | 내재화7 | 0.349(0.646) | 0.496(0.728) | -6.286*** |
| 독 립 변 수 | | 체질량지수 | 21.765(3.311) | 20.779(2.512) | 10.069*** |
| 매 개 변 수 | | 체형불만족 | 2.681(0.708) | 3.071(0.659) | -16.899*** |
| | 자 아 존 중 감 | 자아존중감1 | 1.902(0.768) | 1.927(0.738) | -.986 |
| | | 자아존중감2 | 1.861(0.763) | 1.785(0.724) | 3.066** |
| | | 자아존중감3 | 1.988(0.704) | 2.005(0.672) | -.735 |
| | | 자아존중감4 | 1.915(0.773) | 1.790(0.761) | 4.848*** |
| | | 자아존중감5 | 1.807(0.799) | 1.629(0.777) | 6.708*** |
| 기 타 외 생 변 수 | | 학년 | 1.952(0.807) | 1.973(0.827) | -.997 |
| | | 경제수준 | 3.981(1.159) | 3.859(1.055) | 3.263** |
| | | 학업성적 | 2.866(1.041) | 2.797(0.951) | 2.078* |
| | 가 족 관 계 의 질 | 가족관계의 질1 | 3.065(0.693) | 3.054(0.678) | .497 |
| | | 가족관계의 질2 | 2.773(0.825) | 2.840(0.826) | -2.400* |
| | | 가족관계의 질3 | 2.919(0.737) | 2.908(0.732) | .426 |
| | | 가족관계의 질4 | 3.104(0.733) | 3.154(0.709) | -2.073* |
| | | 가족관계의 질5 | 3.022(0.759) | 3.007(0.770) | .613 |
| | 또 래 와 의 관 계 | 또래와의 관계1 | 3.081(0.736) | 3.157(0.723) | -3.111** |
| | | 또래와의 관계2 | 3.031(0.728) | 3.054(0.717) | -.950 |
| | | 또래와의 관계3 | 3.051(0.731) | 3.091(0.678) | -1.695 |

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

제2절 연구모형의 분석결과

1. 측정모형

변수들 간의 관계를 설정한 구조모형을 분석하기에 앞서, 다수의 측정변수로 관측된 자아존중감, 내재화 문제, 가족관계의 질, 또래와의 관계를 각각 잠재변수화하고 측정의 적합성을 확인하였다(<그림 3> 참고). 특히 또래와의 관계를 측정하는 변수가 3개라 독립적으로 확인적 요인분석이 불가능하여 Full-path correlation을 이용하였다. 이 네 개의 잠재변수로 구성된 측정모형에 대해 확인적요인분석을 실시한 결과, 표본크기에 민감한 χ^2 값($\chi^2 = 2338.118$, $df=164$, $p<.001$)이 유의하였으나 RMSEA는 .08이하로 수용 가능한 수준이었으며(RMSEA=.061), 증분적합지수인 IFI 및 CFI는 수용권장수준인 .90이상으로 나타나(IFI=.941, CFI=.963) 본 연구의 측정모형은 수용 가능한 것으로 판단된다(Browne & Cudeck, 1993).



$\chi^2 = 2238.118, df = 165, p < .001$
 RMSEA=.061, IFI=.941, CFI=.963

<그림3> 측정모형

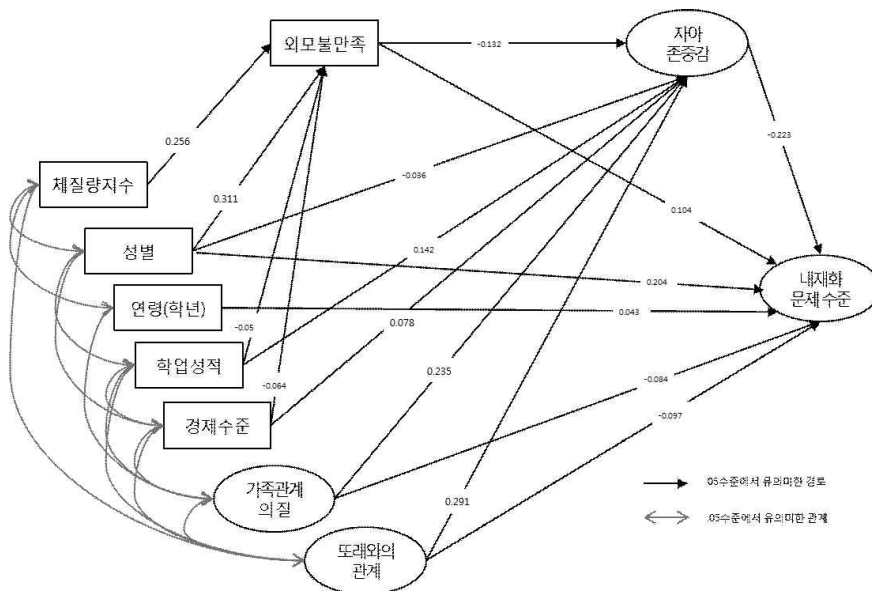
2. 구조모형

1) 모형적합도

본 연구의 구조모형 분석모형은 아래 <그림4>와 같았으며, 구조 모형의 경로계수를 추정하여 [표8]에 제시하였다. 구조모형의 적합도는 $\chi^2 = 2802.973$ (df=260, $p < .001$), RMSEA=.052, IFI=.935, CFI=.935로 나타났다. 비록 χ^2 가 유의하였지만 RMSEA는 .052로 .05에 근접하였고, 증분적합지수도 CFI가 .935, IFI가 .935로 나타나 수용가능한 수준이라고 볼 수 있다([표7] 참고).

[표7] 구조모형의 적합도

| χ^2 | CFI | IFI | RMSEA |
|-----------------------------------|------|------|-------|
| 2802.973 (df=260, $p < .001$) | .935 | .935 | .052 |



<그림4> 구조모형 분석결과

2) 경로계수

구조모형의 분석결과를 체형불만족, 자아존중감, 내재화 문제와 다른 변수들과의 관계 순으로 살펴보면 다음과 같다([표8] 참고). 체질량지수가 높을수록 체형불만족이 높았으며, 여성이 남성에 비해 체형불만족이 높았다. 학업성적이 높을수록 체형불만족이 낮았으며, 경제수준이 높을수록 체형불만족이 낮았다. 연령, 가족관계의 질 및 또래와의 관계는 체형불만족에 유의미한 영향을 미치지 않았다.

각 변수들과 자아존중감의 관계를 살펴보면 체질량지수가 높을수록 자아존중감이 낮았으나 두 변수의 관계는 유의미하지 않았다. 여성이 남성에 비해 자아존중감이 유의미하게 낮았다. 연령에 따라 자아존중감 수준의 개인차는 유의미하지 않았다. 학업성적이 높을수록 자아존중감이 유의미하게 높았으며, 경제수준이 높을수록 자아존중감이 유의미하게 높았다. 가족관계의 질이 높을수록 자아존중감이 유의미하게 높았으며, 또래와의 관계가 높을수록 자아존중감이 유의미하게 높았다. 체형불만족이 높을수록 자아존중감은 유의미하게 낮았다.

마지막으로 각 변수와 내재화 수준 간의 관계를 살펴보면 체질량지수가 높을수록 내재화수준이 낮았으나 유의미하지 않았다. 여성이 남성에 비해 내재화 수준이 유의미하게 높았다. 연령이 높을수록 내재화 수준이 유의미하게 높았다. 학업성적 및 경제수준이 높을수록 내재화 수준이 높았으나 유의미하지 않았다. 가족 관계의 질이 높을수록 내재화 문제의 수준은 유의미하게 낮았으며, 또래와의 관계가 높을수록 내재화 문제의 수준은 유의미하게 낮았다. 체형불만족이 높을수록 내재화 문제의 수준이 유의미하게 높았고, 자아존중감이 높을수록 내재화 문제의 수준이 유의미하게 낮았다.

[표8] 구조모형의 경로계수

| 경로 | | | 비표준화계수 | 표준화계수 | SE | C.R. | p |
|-------------------------------|---|---------|--------|--------|-------|---------|-------|
| 외모불만족 R ² =.151 | ← | 체질량지수 | 0.060 | 0.255 | 0.004 | 16.182 | *** |
| | ← | 성별(여=1) | 0.441 | 0.310 | 0.022 | 19.735 | *** |
| | ← | 연령 | 0.017 | 0.019 | 0.014 | 1.249 | 0.212 |
| | ← | 학업성적 | -0.035 | -0.049 | 0.011 | -3.111 | 0.002 |
| | ← | 경제수준 | -0.041 | -0.064 | 0.010 | -3.914 | *** |
| | ← | 가족관계 | -0.034 | -0.028 | 0.022 | -1.550 | 0.121 |
| | ← | 또래관계 | -0.018 | -0.013 | 0.024 | -0.727 | 0.467 |
| 자아존중감 R ² =.281 | ← | 체질량지수 | -0.003 | -0.018 | 0.003 | -1.091 | 0.275 |
| | ← | 성별(여=1) | -0.040 | -0.036 | 0.019 | -2.096 | 0.036 |
| | ← | 연령 | 0.005 | 0.008 | 0.011 | 0.488 | 0.626 |
| | ← | 학업성적 | 0.080 | 0.142 | 0.009 | 8.577 | *** |
| | ← | 경제수준 | 0.040 | 0.078 | 0.009 | 4.655 | *** |
| | ← | 가족관계 | 0.228 | 0.234 | 0.018 | 12.374 | *** |
| | ← | 또래관계 | 0.314 | 0.291 | 0.021 | 14.966 | *** |
| 내재화 R ² =.182 | ← | 외모불만족 | -0.104 | -0.132 | 0.014 | -7.557 | *** |
| | ← | 체질량지수 | -0.006 | -0.034 | 0.003 | -1.945 | 0.052 |
| | ← | 성별(여=1) | 0.214 | 0.203 | 0.019 | 11.306 | *** |
| | ← | 연령 | 0.043 | 0.011 | 0.011 | 4.036 | *** |
| | ← | 학업성적 | 0.002 | 0.004 | 0.009 | 0.25 | 0.802 |
| | ← | 경제수준 | 0.01 | 0.022 | 0.008 | 1.276 | 0.202 |
| | ← | 가족관계 | -0.079 | -0.086 | 0.018 | -4.389 | *** |
| | ← | 또래관계 | -0.1 | -0.099 | 0.02 | -4.87 | *** |
| | ← | 외모불만족 | 0.076 | 0.102 | 0.013 | 5.67 | *** |
| | ← | 자아존중감 | -0.21 | -0.224 | 0.021 | -10.048 | *** |

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

3) 효과분해

전체집단에서 체질량지수가 내재화 문제 수준에 미치는 영향을 외모불만족과 자아존중감이 어떻게 매개하는지, 그리고 외모불만족이 내재화 문제 수준에 미치는 영향을 자아존중감이 매개하는지 살펴보기 위해 팬텀변수를 사용하여 특정 경로별 결과를 제시하였다 ([표9] 참조).

우선 체질량지수가 내재화 문제 수준에 미치는 영향을 외모불만족과 자아존중감이 어떻게 매개하는지 살펴보기 위해 각각의 변수 사이의 관계를 살펴보고, 붓스트랩을 활용하여 추정된 총간접효과 및 경로별 특정간접효과를 보겠다.

각각의 변수 사이의 관계는 위에서 살펴본대로 ([표8] 참조), 체질량지수가 높을수록 외모불만족은 높고, 자아존중감은 낮았다. 다음으로 외모불만족이 높을수록 자아존중감은 낮고, 내재화 문제 수준은 높았다. 마지막으로 자아존중감이 높을수록 내재화 문제 수준은 낮았다. 각 변수간의 관계가 유의미하므로 총간접효과 및 경로별 특정간접효과를 살펴보고자 한다.

체질량지수가 외모불만족 및 자아존중감을 통해 내재화 문제 수준에 미치는 총간접효과의 비표준화계수는 0.0066($SE=0.012$, $p<.01$)로 .05수준에서 통계적으로 유의미하였다. 각 경로별로 효과분해를 해보면 체질량지수가 외모불만족을 매개하여 내재화 문제 수준에 미치는 간접효과는 0.0046($SE=0.0010$, $p<.01$)로 나타나 .05수준에서 통계적으로 유의미하였다. 그러나 체질량지수가 자아존중감을 매개하여 내재화 문제 수준에 미치는 간접효과는 0.0007($SE=0.0007$, $p>.05$)로 유의미하지 않았다. 마지막으로 체질량지수가 내재화 문제 수준에 미치는 영향을 외모불만족 및 자아존중감이 연속매개하는 경로에 대한 간접효과를 비표준화계수로 보면, 0.0013($SE=0.0003$, $p<.001$)으로 나타나 통계적으로 유의미하였다. 즉 체질량지수가 높을수록 외모불만족이 높아 내재화 문제 수준이 높아지거나, 체질량지수가 높을수록 외모불만족이 높고, 높

은 외모불만족이 낮은 자아존중감으로 연속매개되어 결과적으로 내재화 문제 수준이 높았다. 이는 스트레스 과정모델에서 예측한 것처럼 1차 스트레스 요인이 2차 스트레스 요인을 불러일으켜 곧바로 결과 변수에 영향을 미치거나, 1차 스트레스 요인이 2차 스트레스 요인을 불러일으키고 그 결과 내적자원이 감소하여 결과 변수에 영향을 미침을 의미한다. 한편 체질량지수가 내재화 문제 수준에 미치는 총효과($B=0.0007$, $SE=0.003$)는 .05수준에서 통계적으로 유의미하지 않았지만 직접효과($B=-0.0059$, $SE=0.0030$)는 $p<.05$ 수준에서 유의미하였다. 직접효과는 간접효과와 부호가 반대였다는 점을 고려하면 체질량지수가 내재화 문제 수준에 미치는 영향에 대해서 외모불만족 및 자아존중감이 억제변수로 작용했다고 볼 수 있다.

경로모형에 있어서 억제효과(suppression effect)란 매개변수에 의한 간접효과의 일종으로 제3의 변수를 도입함으로써 독립변수가 종속변수에 미치는 효과가 더욱 강화되는 것을 뜻하며, 이때 제3의 변수는 억제변수라 칭한다. 억제변수를 통한 간접효과는 대개 독립변수와 종속변수 사이의 직접효과와는 그 부호가 상반된다(Cheng & Lau, 2008). 어떤 매개변수가 완전매개 하는지, 부분매개 하는지에 대한 판단을 총효과와 직접효과와의 관계에서 판단하는 것처럼, 억제효과 역시 총효과와 직접효과, 그리고 간접효과 사이의 관계를 통해 정해진다.

억제효과를 고려하였을 때, 체질량지수는 직접효과측면에서는 낮은 내재화 문제와 연관이 있으며, 간접효과측면에서는 내재화 문제를 높이는 요인이 된다. 다시 말해서 사회문화적으로 형성된 기준에 맞추어 체질량지수를 통해 외모불만족의 상승 및 자아존중감의 하락이 내재화 문제 수준의 증가로 이어졌다는 것이 간접효과의 의미라면, 체질량지수가 내재화 문제 수준에 미치는 영향 중 간접효과를 모두 덜어냈을 때에는 오히려 높은 체질량지수가 낮은 내재화 문제 수준과 관련이 있을 수 있음을 보여준다. 체질량지수가 내재화 문제 수준에 미치는 직접효과가 .05수준에서는 유의미하며 체질량지

수가 높을수록 내재화 문제 수준이 낮은 것으로 나타났다는 점은 체질량지수 높은 사람에게 있어서 내재화 문제 수준이 낮다는 행복한 비만(Jolly Fat) 이론에 부합한다(Crisp & McGuiness, 1976; Jansen et al, 2008).

다음으로 외모불만족이 내재화 문제 수준에 미치는 영향을 자아존중감이 매개하는지 살펴보기 위해 각 변수 간의 관계를 살펴보고 간접효과를 보겠다. 각각의 변수 사이의 관계는 [표8]에서처럼, 외모불만족이 높을수록 자아존중감은 낮았고, 자아존중감이 높을수록 내재화 문제 수준은 낮았다. 각 변수간의 관계가 유의미하므로 간접효과를 살펴보고자 한다. 외모불만족이 자아존중감을 통해 내재화 문제 수준에 미치는 간접효과는 $0.0220(SE=0.0043, p<.01)$ 로 .05수준에서 유의미하였다. 한편 외모불만족이 내재화 문제 수준에 미치는 총효과는 $0.0981(SE=0.0146)$ 로 유의수준 .05에서 통계적으로 유의미하였으며, 직접효과는 $0.0773(SE=0.0146)$ 로 유의수준 .05에서 통계적으로 유의미하였다. 따라서 자아존중감은 외모불만족이 내재화 문제 수준에 미치는 영향을 부분매개하는 것으로 나타났다. 즉 외모불만족이 직접적으로 내재화 문제 수준에 영향을 미치지 만 외모불만족이 자아존중감을 낮추고, 이로 인해 내재화 문제 수준이 높아지기도 하였다.

전체집단에서 체질량지수가 내재화 문제 수준에 미치는 영향과 외모불만족이 내재화 문제 수준에 미치는 영향을 각 경로별로 분해하여 살펴본 결과, 체질량지수는 외모불만족을 거쳐서 혹은 외모불만족과 자아존중감을 순차적으로 거쳐서 내재화 문제 수준을 악화시켰으며, 체질량지수가 내재화 문제 수준에 직접적으로 미치는 영향은 간접효과와는 방향이 반대로 나타났다. 외모불만족의 경우, 직접적으로 내재화 문제 수준을 악화시키는 한편, 자아존중감을 낮추고 이로 인해 내재화 문제 수준이 악화되는 것으로 나타났다. 따라서 체질량지수 및 외모불만족은 1차 스트레스 요인 및 2차 스트레스 요인으로서 내재화 문제 수준에 영향을 미치고 있으며, 1차 스트레

스요인인 체질량지수는 2차 스트레스 요인 및 2차 스트레스 요인과 내적자원을 통해서 내재화 문제 수준에 간접적으로 영향을 미치는 반면 2차 스트레스 요인인 외모불만족은 내재화 문제 수준에 직접적으로 영향을 미치면서 동시에 내적자원을 통해 간접적으로도 영향을 미치는 것으로 나타났다.

[표9] 효과분해(전체집단)

| 내재화←체질량지수 | | | | | |
|-----------|-------|---------|-----------|--------|---------|
| | | | 비표준화계수 | 표준오차 | P-value |
| 총효과 | | | 0.0007 | 0.003 | 0.7653 |
| 직접효과 | | | -0.0059* | 0.003 | 0.0331 |
| 총간접효과 | | | 0.0066** | 0.0012 | 0.0013 |
| | 간접효과1 | 특정간접경로1 | 0.0046** | 0.0010 | 0.0014 |
| | 간접효과2 | 특정간접경로2 | 0.0007 | 0.0007 | 0.2253 |
| | 간접효과3 | 특정간접경로3 | 0.0013*** | 0.0003 | 0.0008 |
| 내재화←외모불만족 | | | | | |
| | | | 비표준화계수 | 표준화계수 | SE |
| 총효과 | | | 0.0981** | 0.0146 | 0.0019 |
| 직접효과 | | | 0.0761** | 0.0146 | 0.0024 |
| | 간접효과 | 특정간접경로4 | 0.0220** | 0.0043 | 0.0012 |

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

*주

특정간접경로1 : 체질량지수→외모불만족→내재화 문제 수준

특정간접경로2 : 체질량지수→자아존중감→내재화 문제 수준

특정간접경로3 : 체질량지수→외모불만족→자아존중감→내재화 문제 수준

특정간접경로4 : 외모불만족→자아존중감→내재화

3. 다집단분석

1) 성별 간 측정동질성 검증 결과

체질량지수 및 외모불만족, 자아존중감, 내재화 문제 수준 간의 구조적 영향관계가 성별에 따라 다르게 나타나는지 살펴보기에 앞서, 먼저 성별 집단 간 측정동일성을 검토하였다. 앞에서 분석한 측정모형에서 모든 측정변수의 요인부하량이 남녀 집단에서 각각 동일하다고 제약한 ‘요인부하량 동일성 제약 모형’ 과 요인부하량을 자유롭게 추정한 ‘비제약 모형’ 의 적합도를 비교하고 그 결과를 [표10]에 제시하였다. 두 모형의 χ^2 차이 검증 결과는 통계적으로 유의했으나($\chi^2 = 174.536$, $\Delta df = 37$, $p < .05$), 측정동일성 검증에 있어서도 표본크기가 큰 경우 χ^2 검증 결과는 표본 크기에 민감하게 반응하므로 다른 모형적합도의 값이 크게 변하지 않는다면 측정동일성이 확보된 것으로 볼 수 있다(홍세희 외, 2007). [표10]에서 제시하였듯이 두 모형 간에 다른 적합도 지수의 차이가 크지 않았으므로 성별 집단 간 측정동일성이 확보되었다고 판단하였다.

[표10] 측정동질성 검증

| 모형 | χ^2 | CFI | IFI | RMSEA |
|-----------------------|--|------|------|-------|
| (1)비제약모형 | 2867.881 (df=488, $p < .001$) | .937 | .938 | .037 |
| (2)요인부하량 동일성 제약 모형 | 3042.417 (df=525, $p < .001$) | .934 | .934 | .037 |
| (2)-(1) χ^2 차이검증 | $\Delta \chi^2 = 174.536$ ($\Delta df = 37$, $p < .05$) | | | |

2)성별 간 다집단 분석 결과

다음으로 구조모형에 대한 성별 간 다집단 분석을 실시하였다. 본 분석 모형에서 성별은 집단 구분 변수로 활용되었으며, 남학생(1,893명)과 여학생(1,727명)의 자료를 각각 분석에 활용하였다.

앞서 성별 집단 간 측정동일성을 확보한 것으로 판단하였으므로, 구조모형 분석 단계에서는 남녀 집단에서 측정변수의 요인부하량이 동일하다는 가정 하에 모형의 적합도와 경로계수를 구하였다.

먼저 구조모형의 적합도를 확인한 결과, 표본크기에 민감한 χ^2 값 ($\chi^2 = 3042.417$, $df=525$, $p<.001$)을 제외하고 다른 주요 적합도 지수는 모두 수용가능한 것으로 나타났다(RMSEA=.037, IFI=.934, CFI=.934). 집단별 경로계수의 추정결과와 차이의 임계치(Critical Ratio for Difference; CRD)는 [표11]에 제시하였다.

남학생의 경우, 외모불만족에 영향을 미치는 요인을 봤을 때에 체질량지수가 높을수록 외모불만족이 유의미하게 높았으며, 학업성적이 높을수록, 주관적 경제수준이 높을수록, 또래와의 관계가 좋을수록 외모불만족이 유의미하게 낮았다. 연령 및 가족관계의 질이 외모불만족에 미치는 영향은 유의미하지 않았다. 다음으로 자아존중감에 영향을 미치는 요인을 봤을 때에 체질량지수가 자아존중감에 미치는 영향은 유의미하지 않았고, 외모불만족이 높을수록 자아존중감이 유의미하게 낮았다. 학업성적이 높을수록, 경제수준이 높을수록, 가족관계의 질이 높을수록, 또래와의 관계가 좋을수록 자아존중감이 유의미하게 높은 것으로 나타났다. 연령에 따른 자아존중감의 차이는 유의미하지 않았다. 마지막으로 내재화 문제 수준에 영향을 미치는 요인을 봤을 때에 체질량지수가 내재화 문제 수준에 미치는 영향은 유의미하지 않았고, 외모불만족이 높을수록 내재화 문제 수준은 유의미하게 높았고, 자아존중감이 높을수록 내재화 문제 수준은 유의미하게 낮은 것으로 나타났다. 학업성적과 경제수준이 내재화 문제 수준에 미치는 영향은 유의미하지 않았고, 연령이 낮을수록, 가족관계의 질이 높을수록, 또래와의 관계가 좋을수록 내재화 문제 수준이 유의미하게 낮은 것으로 나타났다.

여학생의 경우, 외모불만족에 영향을 미치는 요인을 봤을 때에 체질량지수가 높을수록 외모불만족이 유의미하게 높았으며, 연령이 낮을수록, 주관적 경제수준이 높을수록 외모불만족이 유의미하게 낮았

다. 또래와의 관계 및 가족관계의 질이 외모불만족에 미치는 영향은 유의미하지 않았으며 학업성적이 외모불만족에 미치는 영향 또한 유의미하지 않았다. 다음으로 자아존중감에 영향을 미치는 요인을 봤을 때에 체질량지수가 자아존중감에 미치는 영향은 유의미하지 않았고, 외모불만족이 높을수록 자아존중감이 유의미하게 낮았다. 연령에 따른 자아존중감의 차이는 유의미하지 않았으며, 학업성적이 높을수록, 경제수준이 높을수록, 가족관계의 질이 높을수록, 또래와의 관계가 좋을수록 자아존중감이 유의미하게 높았다. 마지막으로 내재화 문제 수준에 영향을 미치는 요인을 봤을 때에 체질량지수가 내재화 문제 수준에 미치는 영향은 유의미하지 않았으나 외모불만족이 높을수록 내재화 문제 수준은 유의미하게 높았고, 자아존중감이 높을수록 내재화 문제 수준은 유의미하게 낮은 것으로 나타났다. 학업성적과 경제수준이 내재화 문제 수준에 미치는 영향은 유의미하지 않았고, 연령이 낮을수록, 가족관계의 질이 높을수록, 또래와의 관계가 좋을수록 내재화 문제 수준이 유의미하게 낮은 것으로 나타났다.

연구문제와 관련해서 성별 간 주목할 만한 차이는 체질량지수와 외모불만족, 자아존중감과 내재화 문제 수준 사이의 관계에서 나타났다. 체질량지수가 높을수록 외모불만족이 높아지는 정도가 남학생 집단에 비해 여학생 집단에서 더 높았고(CRD=2.45, $p<.01$), 자아존중감이 높을수록 내재화 문제 수준이 낮은 정도가 남학생 집단에 비해 여학생 집단에서 .001수준에서 유의미하게 높았다(CRD=-3.46, $p<.001$). 이 외에도 연령과 외모불만족의 관계에서 남학생 집단은 유의미하지 않은 반면, 여학생 집단에서는 연령이 높을수록 외모불만족이 유의미하게 높았으며, 이러한 집단 간 차이는 .001수준에서 통계적으로 유의미하였다(CRD=2.96, $p<.01$). 또래와의 관계가 좋다고 응답할수록 남학생집단에서는 외모불만족이 유의미하게 낮은 반면, 여학생집단에서는 또래와의 관계가 높을수록 외모불만족이 낮았으나 유의미하지 않았다. 이러한 집단 간 차이는

.01수준에서 통계적으로 유의미하였다(CRD=3.095, $p<.01$). 마지막으로 학업성적이 높을수록 자아존중감이 높은 정도는 여학생 집단이 남학생 집단에 비해 .01수준에서 유의미하게 높았다(CRD=2.517, $p<.01$).

[표11] 다집단분석 시 집단별 경로계수

| 경로 | | 남 | | | | 여 | | | | CRD |
|---|---------|--------|-------|-------|------|--------|-------|------|------|---------|
| | | 비표준화계수 | 표준화계수 | SE | p | 비표준화계수 | 표준화계수 | SE | p | |
| 외모불만족 $R^2=.082$ (남) $R^2=.100$ (여) | ← 체질량지수 | 0.05 | 0.25 | 0.01 | *** | 0.07 | 0.28 | 0.01 | *** | 2.45* |
| | ← 연령 | -0.02 | -0.03 | 0.02 | 0.13 | 0.06 | 0.08 | 0.02 | *** | 3.47*** |
| | ← 학업성적 | -0.04 | -0.06 | 0.02 | 0.01 | -0.02 | -0.04 | 0.02 | 0.11 | 0.65 |
| | ← 경제수준 | -0.04 | -0.07 | 0.01 | 0.01 | -0.04 | -0.07 | 0.02 | 0.01 | 0.07 |
| | ← 가족관계 | -0.01 | -0.01 | 0.03 | 0.64 | -0.05 | -0.04 | 0.03 | 0.14 | -0.73 |
| | ← 또래관계 | -0.08 | -0.07 | 0.03 | 0.02 | 0.07 | 0.05 | 0.04 | 0.08 | 2.96** |
| 자아존중감 $R^2=.272$ (남) $R^2=.294$ (여) | ← 체질량지수 | -0.01 | -0.04 | 0.004 | 0.12 | 0.01 | 0.01 | 0.01 | 0.65 | 1.30 |
| | ← 외모불만족 | -0.08 | -0.10 | 0.02 | *** | -0.13 | -0.16 | 0.02 | *** | -1.52 |
| | ← 연령 | 0.01 | 0.02 | 0.02 | 0.50 | -0.01 | -0.01 | 0.02 | 0.86 | -0.61 |
| | ← 학업성적 | 0.06 | 0.11 | 0.01 | *** | 0.11 | 0.19 | 0.01 | *** | 2.49** |
| | ← 경제수준 | 0.04 | 0.08 | 0.01 | *** | 0.04 | 0.08 | 0.01 | *** | 0.22 |
| | ← 가족관계 | 0.20 | 0.21 | 0.03 | *** | 0.26 | 0.26 | 0.03 | *** | 1.46 |
| | ← 또래관계 | 0.33 | 0.32 | 0.03 | *** | 0.32 | 0.27 | 0.03 | *** | -0.16 |

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

[표11] 다집단분석 시 집단별 경로계수(계속)

| 경로 | | 남 | | | | 여 | | | | CRD |
|---|---------|--------|-------|------|------|--------|-------|------|------|---------|
| | | 비표준화계수 | 표준화계수 | SE | p | 비표준화계수 | 표준화계수 | SE | p | |
| 내재화 $R^2=.092(\text{남})$ $R^2=.184(\text{여})$ | ← 체질량지수 | -0.01 | -0.04 | 0.01 | 0.12 | -0.01 | -0.03 | 0.01 | 0.30 | 0.10 |
| | ← 외모불만족 | 0.09 | 0.12 | 0.02 | *** | 0.07 | 0.09 | 0.02 | *** | -0.76 |
| | ← 자아존중감 | -0.13 | -0.16 | 0.03 | *** | -0.28 | -0.31 | 0.03 | *** | -3.46** |
| | ← 연령 | 0.05 | 0.08 | 3.44 | *** | 0.03 | 0.06 | 0.01 | 0.02 | -0.92 |
| | ← 학업성적 | 0.01 | 0.02 | 0.01 | 0.47 | -0.01 | -0.01 | 0.01 | 0.81 | -0.67 |
| | ← 경제수준 | 0.01 | 0.01 | 0.01 | 0.58 | 0.02 | 0.04 | 0.01 | 0.14 | 0.71 |
| | ← 가족관계 | -0.08 | -0.09 | 0.02 | *** | -0.07 | -0.08 | 0.03 | 0.01 | 0.18 |
| | ← 또래관계 | -0.08 | -0.09 | 0.03 | 0.01 | -0.13 | -0.12 | 0.03 | *** | -1.37 |

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

3) 다집단분석 후 집단별 효과분해

성별에 따라 체질량지수가 내재화 문제 수준에 미치는 영향을 외모불만족과 자아존중감이 어떻게 매개하는지 살펴보고, 외모불만족이 내재화 문제 수준에 미치는 영향을 자아존중감이 매개하는지 살펴보기 위해 평균대치법 방식으로 주요 변수들의 결측치를 처리한 후 팬텀변수를 사용하여 특정 경로별 결과를 제시하였다([표12] 참고). 각각의 변수 사이의 관계는 위에서 살펴본대로([표11] 참고), 남여집단 모두에서 체질량지수가 높을수록 외모불만족은 높고, 자아존중감은 낮았으며, 다음으로 외모불만족이 높을수록 자아존중감은 낮고, 내재화 문제 수준은 높았다. 마지막으로 자아존중감이 높을수록 내재화 문제 수준은 낮았다. 따라서 각 경로별로 변수간의 관계가 유의미하여 بوت스트랩을 통해 간접효과를 보기에 충분하였다.

각 경로별로 효과분해를 해보면 남학생 집단에서 체질량지수가 내재화 문제 수준에 미치는 총간접효과는 0.0061($SE=0.0013$, $p<.01$)로 나타나 통계적으로 유의미하였다. 경로를 나누어 각각의 특정간접효과를 살펴보면 체질량지수가 외모불만족을 거쳐 내재화 문제 수준에 미치는 경로의 특정간접효과는 0.0046($SE=0.0011$, $p<.01$)로 나타나 통계적으로 유의미하였다. 다음으로 체질량지수가 자아존중감을 거쳐서 내재화 문제에 미치는 영향을 비표준화계수로 나타내면 0.0009($SE=0.0006$, $p>.05$)로 통계적으로 유의미하지 않았다. 마지막으로 체질량지수가 외모불만족과 자아존중감을 연속으로 매개하여 내재화 문제 수준을 높이는 경로의 비표준화계수는 0.0006($SE=0.0003$, $p<.01$)로 통계적으로 유의미하였다.

여학생 집단의 경우 체질량지수가 내재화 문제 수준에 미치는 총간접효과는 0.0067($SE=0.0023$, $p<.01$)로 나타나 통계적으로 유의미하였다. 경로를 나누어 각각의 특정간접효과를 살펴보면 체질량지수가 외모불만족을 거쳐 내재화 문제 수준에 미치는 경로의 특정간접효과는 0.0048($SE=0.0017$, $p<.01$)이었으며, 통계적으로 유의미하였다. 다음으로 체질량지수가 자아존중감을 거쳐서 내재화 문제에 미치는 영향은 -0.0007 ($SE=0.0006$, $p>.05$)로 통계적으로 유의미하지 않았다. 마지막으로 체질량지수가 외모불만족과 자아존중감을 거쳐서 내재화 문제 수준을 높이는 경로의 비표준화계수는 0.0026($SE=0.0006$, $p<.01$)로 통계적으로 유의미하였다. 즉 체질량지수가 높을수록 외모불만족이 높아 내재화 문제 수준이 높아지거나, 체질량지수가 높을수록 외모불만족이 높고, 높은 외모불만족은 낮은 자아존중감으로 연결되어 내재화 문제 수준이 높았다. 이는 스트레스 과정모델에서 예측한 것처럼 1차 스트레스 요인이 2차 스트레스 요인을 불러일으켜 곧바로 결과 변수에 영향을 미치거나, 1차 스트레스 요인이 2차 스트레스 요인을 불러일으키고 그 결과 내적자원이 감소하여 결과 변수에 영향을 미침을 의미한다.

한편 체질량지수가 내재화 문제 수준에 미치는 총효과(남학생 집

단 : $B=0.0003$, $SE=0.0037$, $p>.05$; 여학생 집단 : $B=0.0016$, $SE=0.0051$, $p>.05$)와 직접효과(남학생 집단 : $B=-0.0058$, $SE=0.0038$, $p>.05$; 여학생 집단 : $B=-0.0052$, $SE=0.0049$, $p>.05$)는 유의미하지 않았으며, 특히 직접효과는 간접효과와 부호가 반대였다. 이는 체질량지수가 내재화 문제 수준에 미치는 영향에 대해서 외모불만족 및 자아존중감이 남녀집단 모두에서 억제변수로 작용함을 보여준다.

다음으로 성별에 따라 외모불만족이 내재화 문제 수준에 미치는 영향을 자아존중감이 매개하는지 살펴본다. 남녀집단 모두에서 외모불만족이 자아존중감을 유의미하게 낮추고, 자아존중감이 내재화 문제 수준을 유의미하게 낮추었다([표11] 참고). 남학생 집단에서 외모불만족이 자아존중감을 통해 내재화 문제 수준에 미치는 간접효과의 비표준화계수는 0.0119 ($SE=0.0045$, $p<.05$)로 유의미하였으며, 마찬가지로 여학생 집단에서 외모불만족이 내재화 문제에 미치는 영향을 자아존중감이 매개하는 경로는 0.0362 ($SE=0.0080$, $p<.05$)로 유의미하였다. 한편 외모불만족이 내재화 문제 수준에 미치는 총효과(남학생 집단 : $B=0.0977$, $SE=0.0187$, $p<.05$; 여학생 집단 : $B=0.1018$, $SE=0.0204$, $p<.05$)와 직접효과(남학생 집단 : $B=0.0858$, $SE=0.0186$, $p<.05$; 여학생 집단 : $B=0.0655$, $SE=0.0209$, $p<.05$)는 유의미하였다([표12] 참고). 따라서 외모불만족이 내재화 문제 수준에 미치는 영향을 자아존중감이 부분매개한다고 볼 수 있다. 즉, 외모불만족이 내재화 문제 수준을 높이는 가운데 자아존중감의 하락으로 인한 내재화 문제 수준의 증가도 일정부분 존재함을 보여준다.

[표12] 다집단분석 시 집단별 효과분해 결과

| 내재화←체질량지수 | | | | | |
|---------------------|---|--|----------|--------|---------|
| | | | 비표준화계수 | 표준오차 | P-value |
| 총효과 | 남 | | 0.0003 | 0.0037 | 0.9078 |
| | 여 | | 0.0016 | 0.0051 | 0.8745 |
| 직접효과 | 남 | | -0.0058 | 0.0038 | 0.1085 |
| | 여 | | -0.0052 | 0.0049 | 0.2235 |
| 간접효과 | 남 | | 0.0061** | 0.0013 | 0.0017 |
| | 여 | | 0.0067** | 0.0023 | 0.0020 |
| 간접효과1 (특정간접경로 1) | 남 | | 0.0046** | 0.0011 | 0.0013 |
| | 여 | | 0.0048** | 0.0017 | 0.0024 |
| 간접효과2 (특정간접경로 2) | 남 | | 0.0009 | 0.0006 | 0.1035 |
| | 여 | | -0.0007 | 0.0015 | 0.6067 |
| 간접효과3 (특정간접경로 3) | 남 | | 0.0006** | 0.0003 | 0.0014 |
| | 여 | | 0.0026** | 0.0006 | 0.0013 |
| 내재화←외모불만족 | | | | | |
| | | | 비표준화계수 | 표준오차 | P-value |
| 총효과 | 남 | | 0.0977** | 0.0187 | 0.0024 |
| | 여 | | 0.1018** | 0.0204 | 0.0022 |
| 직접효과 | 남 | | 0.0858** | 0.0186 | 0.0017 |
| | 여 | | 0.0655** | 0.0209 | 0.0025 |
| 간접효과 (특정간접경로 4) | 남 | | 0.0119** | 0.0045 | 0.0017 |
| | 여 | | 0.0362** | 0.008 | 0.0013 |

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

*주

특정간접경로1 : 체질량지수→외모불만족→내재화 문제 수준

특정간접경로2 : 체질량지수→자아존중감→내재화 문제 수준

특정간접경로3 : 체질량지수→외모불만족→자아존중감→내재화 문제 수준

특정간접경로4 : 외모불만족→자아존중감→내재화

제6장 논의 및 결론

제1절 연구결과 요약

스트레스 과정모델을 기반으로 하여 1차 스트레스요인인 체질량 지수가 고등학생의 내재화 문제 수준에 미치는 영향에 대해 2차 스트레스요인으로 외모불만족, 내적자원으로 자아존중감을 투입하고, 배경요인으로 성별, 연령, 학업 스트레스, 경제적 스트레스, 가족관련 스트레스, 또래관련 스트레스 등과 같은 청소년기 정신건강에 영향을 미치는 변수를 상정하였다. 구조방정식을 통해 모델을 분석한 결과는 [표 13]과 같다. 체질량지수는 1차 스트레스요인으로서 2차 스트레스요인인 외모불만족을 높이고, 내적자원인 자아존중감은 낮추었으며, 내재화 문제 수준을 높였다. 외모불만족은 2차 스트레스요인으로서 내적자원인 자아존중감을 낮추고, 내재화 문제 수준을 높였다. 효과분해를 통해 1차 스트레스요인과 2차 스트레스요인이 내재화 문제 수준에 미치는 영향에 대한 각각의 매개경로를 살펴본 결과, ‘체질량지수→외모불만족→내재화 문제 수준’, ‘체질량지수→외모불만족→자아존중감→내재화 문제 수준’, ‘외모불만족→자아존중감→내재화 문제 수준’의 경로가 유의미하였다. 이는 체질량 지수가 높을 수록 사회문화적으로 형성된 외모에 대한 기준을 받아들인 학생들로서는 외모에 대해 불만족하여 바로 내재화 문제 수준이 높아지거나, 자신을 평가하는 데 있어서 외모를 고려하여 내적자원인 자아존중감이 감소되고 결과적으로 내재화 문제 수준이 높아지는 것으로 볼 수 있다. 반면, ‘체질량지수→자아존중감→내재화 문제 수준’의 경로는 유의미하지 않았으며, 체질량지수의 직접효과 또한 간접효과와 부호가 반대이면서 유의미하지 않았다. 이는 체질량지수가 내재화 문제 수준에 미치는 영향이 자아존중감만이 아니라 외모불만족을 거쳐서 자아존중감에 영향을 미쳐 결과적으로 내재화 문제 수준에 영향을 줌을 보여준다. 또한 외모불만족이 외모에

대한 사회적 기준에 체질량지수를 평가함으로서 정해진다고 볼 때, 체질량지수 자체만으로 개인의 내적자원에 영향을 미치지 않으며 오히려 체질량지수의 직접효과는 체질량지수가 높을수록 내재화 문제 수준을 낮추는 방향으로 나타났다.

마지막으로 성별 집단분석을 통해 남녀간의 차이를 살펴본 결과, 체질량지수가 높을수록 외모불만족이 높아지는 정도가 남학생 집단에 비해 여학생 집단에서 더 높았고, 자아존중감이 높을수록 내재화 문제 수준이 낮은 정도가 남학생 집단에 비해 여학생 집단에서 높았다. 즉, 변수간의 관계에 있어서 남녀 집단은 변수 간 관계의 방향은 동일하였으나 강도가 달랐다. 여학생 집단에서 체질량지수가 높을수록 외모불만족이 높아지는 정도가 높은 것은 성별에 따라 외모 관리에 대한 사회적 압박이 다르기 때문으로 볼 수 있으며, 자아존중감이 높을수록 내재화 문제수준이 낮은 정도가 여학생 집단에서 높은 것은 여학생 집단의 내재화 문제수준이 남학생 집단에 비해 이미 높았기 때문으로 볼 수 있다.

[표13] 연구결과 정리

| [연구문제 1] 다른 스트레스 요인을 고려한 상태에서, 체질량지수(1차 스트레스요인) 및 외모불만족(2차 스트레스요인)이 내재화 문제 수준에 영향을 미치는가? | | |
|---|--|-------|
| 가설1-1 | 체질량지수가 높을수록 내재화 문제가 높을 것이다. | 기각 |
| 가설1-2 | 외모불만족이 높을수록 내재화 문제가 높을 것이다. | 지지 |
| 가설1-3 | 체질량지수에 의해 설명된 내재화 문제 수준 변량의 일정 부분이 외모불만족에 의해 설명될 것이다. | 지지 |
| [연구문제 2] 다른 스트레스 요인을 고려한 상태에서, 체질량지수(1차 스트레스요인) 및 외모불만족(2차 스트레스요인)이 자아존중감(내적자원)에 영향을 미치는가? | | |
| 가설2-1 | 체질량지수가 높을수록 자아존중감이 낮을 것이다. | 기각 |
| 가설2-2 | 외모불만족이 높을수록 자아존중감이 낮을 것이다. | 지지 |
| [연구문제 3] 다른 스트레스 요인을 고려한 상태에서, 체질량지수(1차 스트레스요인) 및 외모불만족(2차 스트레스요인)이 고등학생 시기의 내재화 문제 수준(스트레스 발현)에 미치는 영향은 자아존중감(내적자원)에 의해 매개되는가? | | |
| 가설2-1. | 체질량지수에 의해 설명된 내재화 변량의 일정 부분이 외모불만족 및 자아존중감에 의해 설명될 것이다. | 일부 지지 |
| 가설 2-1-1 | 체질량지수에 의해 설명된 내재화 변량의 일정 부분이 자아존중감에 의해 설명될 것이다. | 기각 |
| 가설 2-1-2 | 체질량지수에 의해 설명된 내재화 변량의 일정 부분이 외모불만족과 자아존중감에 의한 연속매개로 설명될 것이다. | 지지 |
| 가설2-2 | 외모불만족에 의해 설명된 내재화 변량의 일정 부분이 자아존중감에 의해 설명될 것이다. | 지지 |
| [연구문제 4] 위 관계에 있어서 성별 차이가 있는가? | | |
| ‘체질량지수가 외모불만족에 미치는 영향’에 대해서 성별차이가 존재 | | |

제2절 연구결과 논의

1.이론적 함의

1) 1차 스트레스요인으로서 체질량지수

체질량지수는 외모불만족을 높이고, 외모불만족의 상승을 통해 자아존중감을 낮추었으며, 결과적으로 내재화 문제 수준을 높였다. 그러나 체질량지수가 자아존중감에 미치는 영향은 유의미하지 않았으며, 체질량지수가 내재화 문제에 미치는 영향을 자아존중감이 매개하는 경로에 대한 효과는 통계적으로 유의미하지 않았다. 이러한 결과는 실업이나 돌봄시간 등과 같이 이전에 스트레스 과정모델을 통해 분석된 1차 스트레스요인들이 2차 스트레스요인을 촉발할 뿐만 아니라 직접적으로 내적 자원을 낮추고, 스트레스의 발현을 높이는 등 직접적으로 부정적인 결과를 만들어낸 것과 달랐다(Pearlin & Bierman, 2013). 즉, 체질량지수는 2차 스트레스요인인 외모불만족을 촉발하는 요인일 뿐 직접적으로 내적자원을 낮추거나, 부정적인 결과를 높이지 않았다.

본 연구의 모형에 대한 분석에서 체질량지수는 직접효과와 간접효과의 방향이 반대로 나타났다. 직접효과와 간접효과의 방향이 반대인 점에서 외모불만족 및 자아존중감이 억제변수로 작용했다고 볼 수 있다. 이렇게 억제효과로 인해 드러난 체질량지수의 직접효과는 내재화 문제 수준을 낮추는 방향으로 나타났다. 즉, 외모불만족의 상승 혹은 외모불만족의 상승에 따른 자아존중감의 하락이 내재화 문제 수준에 미치는 영향을 제외하고 체질량지수가 직접적으로 내재화 문제 수준에 미치는 효과는 .05 수준에서 유의미하였으며 체질량지수가 높을수록 내재화문제가 낮은 것으로 나타났다. 이는 높은 체질량지수 자체는 긍정적인 성격 및 낮은 우울감과 관련이 있다는 행복한 비만(Jolly Fat) 이론을 지지하는 결과이다(Crips & McGuinness, 1976; Jansen et al, 2008). 다시 말해서, 높은 체질

량지수가 성격적 측면에서 봤을 때에 낙천적이고 매사에 긍정적인 성격과 관련이 높아 체질량지수가 높은 개인의 내재화 문제 수준이 낮기 때문으로 볼 수 있다(Crips & McGuiness, 1976). 이는 추후에 시간차를 두고 체질량지수와 내재화 문제 사이의 관계를 살펴볼 때에 확인해볼 수 있을 것이다.

본 연구의 결과는 체질량지수가 외모불만족에 영향을 미치는 것은 사회문화적으로 형성된 체형에 대한 기준을 고등학생이 수용하여 자신의 신체를 평가하는 기준으로 활용함을 보여주는데, 이는 객관적으로 정상체중임에도 자신이 과체중이라고 인식하였을 때에 체형만족도의 하락을 더 많이 겪었다는 연구결과가 주는 의미와 동일하다(이주연, 유조안, 2015). 즉, 기존 연구에서는 정상체중군과 과체중군, 비만군을 대조하여 신체건강상의 문제(Bozorganesh, 2014), 정신건강상의 문제(Carpenter et al, 2000) 등이 더 있음을 보여왔다면 본 연구에서는 저체중군을 제외한 전체집단에서 체질량지수가 스트레스요인으로 작용함을 보여준다.

2) 2차 스트레스요인으로서 외모불만족

외모불만족은 그 자체로도 스트레스의 발현을 높이는 스트레스요인이지만 1차 스트레스요인인 체질량지수의 영향을 받아 높아지는 2차 스트레스요인이다. 외모불만족이 내재화 문제 수준에 미치는 영향은 자아존중감을 매개하여 나타나는 간접효과와 외모불만족 자체가 직접적으로 미치는 영향으로 나뉘는데 간접효과와 직접효과 모두 유의미하였다.

이러한 결과는 낮은 외모만족도가 정신건강에 악영향을 미친다는 기존 연구결과를 지지하면서(McLaren & Kuh, 2004; Clarke, Griffin, & PACC Research Team, 2008; 박영례 외, 2009), 동시에 외모불만족으로 인한 정신건강 상의 악영향 중 자아존중감의 감소로 인해 일어난 부분이 있음을 보여준다. 즉, 현대 사회를 살아가는 고등학생에게 있어서 외모에 대해서 자기 자신이 내리는 평가

는 직접적으로 자신의 정신건강을 위협하는 요인이면서, 자기 자신의 가치에 대한 판단에 영향을 미쳐서 간접적으로 정신건강을 위협하는 요인이기도 하다.

3) 내적자원으로서 자아존중감

내적자원으로서 자아존중감은 체질량지수의 증가에 따라 외모불만족이 증가하여, 그 영향을 받아 감소하는 것으로 나타났다. 이는 청소년 후기인 고등학생 시기에 있어서 신체에 대한 만족이 자신에 대한 평가에 중요하다는 연구(Harter, 1990)를 뒷받침한다. 이러한 자아존중감의 감소는 내재화 문제 수준의 증가로 나타났다. 이러한 결과는 자아존중감이 낮은 경우 자신의 약점을 강조하며, 스스로 부족하고 심각한 결함이 있다고 보는 경향이 있음을 보고한 연구 결과와 비슷하다(Lerner & Galambos, 1998). 이는 자신에 대한 평가가 낮아짐으로 인해 고등학생이 정서적으로 부정적인 반응을 하게 되며 정신건강의 악화로 이어짐을 의미한다.

4) 성별차이

본 연구모형에서 성별 간 다집단분석을 하였을 때에 변수 간의 관계는 비슷하였으나 관계의 강도가 다르게 나타났다. 체질량지수가 높을수록 외모불만족이 높아지는 정도 및 자아존중감이 높을수록 내재화 문제 수준이 낮아지는 정도가 여학생 집단에서 더 높았다. 이는 여학생 집단이 외모 관리에 대한 사회적 압박을 더 많이 받고 있으며, 이로 인해 외모가 갖는 가치를 남학생 집단에 비해 더 크게 가지고 있음을 의미한다. 또한 자아존중감이 높을수록 내재화 문제 수준이 낮아지는 정도가 여학생 집단에서 더 높았다는 점은 여학생 집단에 있어서 자아존중감이 내적자원으로서 기능하는 정도가 더 크다고 볼 여지도 있으나 여학생 집단의 내재화 문제 수준이 남학생 집단에 비해 더 높았기 때문일 수 있다.

5) 기존 스트레스요인

기존 연구에서 학업성적, 경제수준, 가족관계의 질, 또래와의 관계 등은 청소년의 정신건강과 밀접한 관계가 있는 변수로 활용되어왔다(박현선 외, 2011; 이상록, 김진희, 2011; 이정선 외, 2012). 구조모형에서의 결과에 따르면 외모불만족의 경우, 학업성적이 높을수록, 경제수준이 높을수록 유의미하게 낮았고, 가족관계의 질과 또래와의 관계로부터는 영향을 받지 않았다. 외모불만족과 학업성적, 경제수준의 관계는 연구자의 선행연구에서는 살펴볼 수 없었으나 학업이 높거나 경제수준이 높은 경우, 자신의 외모에 민감하게 반응해야 할 이유가 상대적으로 적거나 심리적으로 보상을 받기 때문일지에 대해 고려해볼 수 있다. 자아존중감의 경우, 학업성적이 높을수록, 경제수준이 높을수록, 가족관계의 질이 높을수록, 또래와의 관계가 높을수록 높은 것으로 나타났다. 이는 높은 자아존중감이 긍정적인 발단산물과 관계가 높다는 기존 연구와 일치한다. 내재화 문제수준의 경우, 가족관계의 질이 높을수록, 또래와의 관계가 높을수록 유의미하게 낮았고, 학업성적과 경제수준으로부터는 영향을 받지 않았다. 이는 가족관계의 질과 또래와의 관계는 그 양상에 따라 직접적으로 고등학생의 정서적 반응에 영향을 미치는 반면, 학업성적 및 경제수준은 자아존중감과 같이 자신에 대한 평가에 우선적으로 영향을 미치고, 고등학생의 정서적 반응에는 직접적인 영향을 미치지 않는 것으로 볼 수 있다. 이러한 결과는 청소년 시기에 맺는 관계의 양상이 청소년의 정신건강에 미치는 영향에 대한 연구결과와 일맥상통한다. 다만 학업성적 및 경제수준의 경우, 내재화 문제에 영향을 미친다는 보고도 있으나(남수정 외, 2012; 이정선 외, 2012) 해당연구에서는 자아존중감과 같은 내적자원에 대한 고려가 없었기 때문에 본 연구에서의 모델과 달라 학업성적 및 경제수준이 내재화 문제 수준에 미치는 영향을 자아존중감이 간접하여 다른 결과가 나타났다고 본다.

2. 실천적 함의

1) 체질량지수에 대한 개입

체질량지수는 1차 스트레스요인으로서 2차 스트레스요인인 외모불만족을 높이고, 내적자원인 자아존중감을 낮추며 결과적으로 고등학생의 내재화 문제 수준을 높였다. 따라서 체질량지수가 높아지지 않도록 하거나 낮출 수 있는 개입이 필요하다. 체질량지수는 키가 클수록, 체중이 낮을수록 작아지는데 키보다는 체중이 상대적으로 변화가 빠르기 때문에 체질량지수에 대한 개입은 체중 조절에 치중된다. 그리고 체중을 줄이기 위해서는 칼로리를 소모하거나 적게 섭취해야하기 때문에 체질량지수에 대한 개입은 크게 운동 프로그램과 식습관 관리 프로그램으로 나뉜다. 운동 프로그램은 신체활동을 늘리기 위한 프로그램이 주이며 청소년이 안전하게 활동할 수 있는 공간에서 전문가의 지도하에 신체활동을 할 수 있는 프로그램이 있다(임희진, 박형란, 2009). 식습관 관리 프로그램은 식품별 영양에 대한 교육을 통해 식생활의 변화를 가져오려는 영양교육과 실제적으로 식단을 계획해보고 관리하는 식단관리 프로그램이 있다(김혜련 외, 2014). 식습관과 관련하여서는 시도 차원에서 ‘식품안전환경조성’을 위한 정책적 개입이 이뤄지기도 한다(노은이, 2013). 다만 체질량지수를 낮추는 여러가지 개입은 정상체중군에서는 굳이 필요한 조치가 아니기 때문에 이러한 개입을 실시하는 대상이 임상적으로 봤을 때 과체중군 혹은 비만군 일 때에 정신건강뿐만 아니라 신체건강 측면에서 유효한 접근이라는 점에 주의해야 한다.

2) 외모불만족에 대한 개입

외모불만족은 2차 스트레스요인으로서 1차 스트레스요인의 영향을 받아 높아지며, 내적자원을 낮추고 결과적으로 고등학생의 내재화 문제 수준을 높였다. 따라서 외모불만족을 낮추기 위해서는 체질량지수가 외모불만족을 높이는 이유와 외모불만족이 자아존중감을

낮추고 내재화 문제 수준을 높이는 이유를 살펴볼 필요가 있다.

체질량지수가 외모불만족을 높이는 이유는 사회문화적으로 형성된 외모에 대한 기준을 개인이 수용하고, 이를 자신의 신체 상태에 적용하기 때문이다(Festinger, 1954; 이미숙, 2008). 따라서 자신의 신체와 이상적 신체 사이의 괴리를 줄일 수 있는 개입방식이 필요하다(Mendelson et al, 1996). 청소년이 중요하게 여기는 기준을 ‘마른 몸’에서 ‘건강한 몸’으로 옮기려면 중요한 타인인 부모, 교사 등의 도움이 필요하며, 외국의 경우 또래 유도 방식을 활용한 인지부조화 개입 방식(Peer-led Cognitive Dissonance-based Intervention)을 활용하기도 한다. 동료학생과의 이야기를 통해 자신의 이상적 신체상이 현실적으로 달성불가능한 목표이며 따라서 이러한 목표에 대한 추구가 이러한 방식은 체질량지수가 외모불만족에 미치는 영향을 낮출 뿐 아니라 자아존중감을 높이는데 효과를 보였다고 한다(Becker et al, 2013). 국내에서는 개별 상담을 통해 이상적 신체상을 현실화하는 개입이 제안되기도 하였다(유형근 외, 2010).

3) 자아존중감에 대한 개입

자아존중감은 내적자원으로서 1차 스트레스요인 및 2차 스트레스요인의 영향을 받아 낮아지며, 낮아진 자아존중감은 내재화 문제 수준을 높이는 것으로 나타났다. 따라서 스트레스요인과의 관계를 고려하여 자아존중감의 하락을 예방할 필요가 있다. 이를 위해서는 건강한 신체상에 대한 확립도 필요하겠지만, 자아에 대한 평가 측면에서 보았을 때에는 자신의 외모가 자신 자신의 가치를 평가하는데 있어서 자치하는 비중을 줄일 수 있는지에 대해 검토해볼 필요가 있다. 왜냐하면 자아에 대한 평가 결과인 자아존중감이 변화하는 것에 있어서 개인마다 자신의 가치를 판단하는 영역이 달라질 수 있다는 주장이 있기 때문이다(Crocker & Wolfe, 2001). 즉, 개인이 어떠한 사회화 과정을 거쳤으며, 어떠한 사회적 영향을 받으면서 성

장했느냐에 따라 자아존중감을 높이거나 낮추는 사건 혹은 상황이 달라질 수 있다는 것이다. 정익중, 이지언(2011)에서는 통합적인 보건교육 프로그램을 도입학 해당교과목의 교사 혹은 학교사회복지사에 의한 지도를 통해 학업과 같은 과업뿐만 아니라 서로 다름에 대한 충분한 이해, 나 자신에 대한 이해, 자신의 강점에 대한 이해 등에 대해 청소년이 인지할 수 있도록 하고 이를 바탕으로 신체적 여건과 관계없이 자신과 상대방을 기본적으로 존중하는 학교풍토를 만들 것을 제안하기도 하였다.

4)성별차이

성별에 따라 개입 시 주요하게 다루어야 할 부분이 달랐다. 특히 체질량지수가 높을수록 외모불만족이 높아지는 정도와 자아존중감이 낮을수록 내재화 문제 수준이 높아지는 정도가 여학생 집단에서 더 높았다. 이는 외모에 대한 사회적 압박이 여학생에게 더 심하게 전해지고 있음을 보여준다(이미숙, 2008). 외모에 대한 사회적 압박이 여성에게 더 심하게 나타나는 이유로는 외모에 대한 차이에 따른 보상에 있어서 여성이 더 많은 영향을 받기 때문으로 볼 수 있다(임인숙, 2003; 임인숙, 2004). 즉, 체질량지수 및 외모불만족에 따른 스트레스 과정에서의 성별차이는 생물학적 차이라기보다는 사회문화적인 차이로 볼 필요가 있다. 이러한 관점에서 개인적인 접근도 필요하겠지만 여성내부에서의 자각을 위한 자조모임이나 사회전체의 인식개선 등을 위한 캠페인 활동이 필요할 수 있다. 고등학생의 경우에는 학교에서의 다채로운 행사를 통해 외모에 대한 학생들의 생각에 개입하는 방안을 고려해볼 필요가 있다. 예를 들어 유형근 외(2010)에서는 ‘전교생 대상 방송교육’ 등을 통해 ‘과도한 다이어트의 문제점’, ‘건강한 몸’에 대해서 방송을 하고 전교학생들 혹은 주요대상으로 삼는 여학생들을 대상으로 소감문 쓰기, 표어 짓기 등을 하도록 하는 방안을 제시하기도 하였다.

제3절 연구 한계 및 후속연구 제언

1. 연구 한계

첫째, 키와 몸무게를 자기보고식으로 측정하였다. 키와 몸무게에 대한 가장 객관적인 측정은 기구를 활용하여 실제로 측정을 하는 것이다. 그러나 많은 경우, 서베이에서의 실측은 측정 거부, 시간 및 장소 등의 한계로 이루어지지 않고 있다. 자기보고식 측정은 설문 결과의 익명성 등을 고려하여 설문참여자가 답변한다는 면에서 실제 키와 몸무게와는 다른 값을 제시할 수 있다는 단점이 있다. 따라서 체질량지수와 외모불만족, 자아존중감, 내재화 문제 수준 사이의 정확한 관계는 실측치를 통해서 살펴봐야 할 필요가 있다.

둘째, ‘2010 아동청소년 건강실태조사’는 전국대표성을 지닌 자료이나 횡단자료이다. 따라서 본 분석은 인과성의 3요소인 공변성, 선행성, 제3의 변수 통제 중 공변성을 만족하고, 독립변수가 종속변수에 선행해야 한다는 선행성, 변수 간의 관계에 영향을 미칠 제3의 변수가 모두 통제되어야 한다는 제3의 변수 통제에 대해서는 한계가 있다.

셋째, 성별에 따라 차이가 있음을 살펴보았으나 전체 경로에 있어서의 차이가 아니라 각 변수간 관계에 있어서의 차이만 유의도를 바탕으로 검증해볼 수 있었다. 간접효과에 있어서 성별 차이는 차후 Mplus 등과 같은 분석프로그램을 활용하여 살펴볼 수 있다.

2. 후속연구제언

첫째, 체질량지수의 측정방식을 실측방식으로 수정할 필요가 있다. 독립변수인 체질량지수의 영향을 정확하게 확인하려면 체질량지수를 구하는데 필요한 키와 몸무게를 자기보고식이 아닌 직접측정을 통해 산출하는 작업이 필요하다. 최소한 국내 청소년을 대상으로

하여 직접 측정과 자기보고식 측정의 차이가 크지 않음을 보여주어야 이후 자기보고식 측정을 이용하는 장점을 볼 수 있으리라고 본다.

둘째, 본 연구에서는 스트레스 과정모델에 기반하여 체질량지수를 독립변수로, 내재화 문제 수준을 종속변수로 보았으나 내재화 문제 수준과 관련이 높은 우울 수준이 체질량지수에 영향을 미치는 방향도 유의미하다는 양방향적(bidirectional) 인과관계를 주장하는 연구도 있다(Markowitz et al, 2008). 따라서 변수와 변수간의 관계를 인과관계 측면에서 엄격하게 살펴보기 위해서는 같은 대상을 반복적으로 측정하는 패널자료를 구축하고 각 변수의 출발점과 기울기가 다른 변수의 출발점과 기울기에 어떤 영향을 미치는지 살펴볼 필요가 있다. 이러한 패널자료의 구축은 체질량지수의 증가로 정신건강의 문제가 발생하는지, 정신건강의 문제로 체질량지수가 증가하는지 등에 대한 논의를 이어나가는데 도움이 될 것이다.

셋째, 투입하는 변수를 늘려가야할 필요가 있다. 스트레스 과정모델은 청소년의 정신건강에 영향을 미치는 다양한 요인이 지닌 특성을 고려할 수 있다는 장점이 있으나 본 연구에서는 자료의 한계로 더 다양한 변수를 투입하지 못하였다. 특히 중재요인에서 매개요인에 해당하는 외적 자원에 대한 고려가 부족하였는데, 추후에는 사회적 지지 등과 같은 외적 자원을 모형 내에서 함께 고려하여 분석해야할 필요가 있다.

넷째, 행복한 비만(Jolly fat) 이론의 관점에서 연구가 필요하다. 체질량지수는 차단점을 이용하여 저체중, 정상체중, 과체중, 비만 등과 같은 상태를 나누는데 활용이 된다. 연령대, 성별 등에 따라 차단점은 다르지만 체질량지수가 높을수록 정상체중집단을 벗어나 과체중 혹은 비만 집단에 포함될 가능성이 높다. 많은 국내 연구의 가설이 체질량지수의 증가 또는 과체중, 비만 집단에 속하는 것이 개인에게 미치는 악영향을 살펴보는데 집중되어 있으며, 이는 사회문화적으로 봤을 때에 체질량지수의 증가에 대한 편협한 시각에 영향

을 미치고 있다. 따라서 체질량지수에 대한 다양한 관점을 가지고 연구에 임할 필요가 있다. 특히 행복한 비만(Jolly fat) 이론을 기반으로 한 해외 연구처럼 높은 체질량지수를 가진 개인의 특성에 대해서 살펴보고, 이를 통해 천편일률적으로 체질량지수를 낮추는 것이 아니라 개개인에 따라 체질량지수에 대한 대응을 다르게 가져갈 수 있는 방안에 대해 살펴볼 필요가 있다.

제4절 결론

본 연구에서는 체질량지수와 같이 외모와 밀접한 연관성을 지닌 객관적인 특성이 외모불만족과 같은 주관적인 특성으로 이어져 내적자원인 자아존중감을 낮추고, 그 결과 고등학생의 내재화 문제 수준이 상승한다고 보고 스트레스 과정모델에 기반하여 체질량지수에 대한 스트레스 과정모델을 형성하고 실증자료인 ‘2010년 아동청소년 건강실태조사’를 활용하여 분석하였다. 분석결과, 각 스트레스요인 및 내적자원은 결과변수에 유의미한 영향을 미쳤다. 또한 1차 스트레스요인을 통해 2차 스트레스요인을 매개하여 결과변수에 영향을 미치기도 하였고, 1차 스트레스요인을 통해 2차 스트레스요인과 내적자원을 이중매개하여 결과변수에 영향을 미치기도 하였다. 이러한 과정은 성별에 따라 같은 방식으로 나타났으나 남성에 비해 여성에게서 효과가 더 큰 것으로 나타났다.

이러한 분석결과를 볼 때에 한국 사회에서는 고등학생들은 건강적 측면에서 체질량지수를 보는데 그치지 않고, 미용적 측면에서 체질량지수를 보고 있으며, 또한 미용적 측면은 개인이 자신의 가치를 판단하는데 중요한 기준으로 이용되고, 결과적으로 자신의 정신건강에 영향을 받는 상황에 처해있음을 볼 수 있다. 이는 외모지상주의의 타파를 통해 자신에 대한 평가를 자신의 외모로부터 하지 않도록 하거나, 체질량지수에 기반하여 자신의 외모를 평가하지 않도록

하거나, 체질량지수 자체를 낮출 수 있도록 필요한 제반 환경을 만드는 것을 통해 대응이 가능하다.

많은 경우, 고등학생 시기에 체질량지수에 대해서는 학업과 성적에 비해 후순위 사안으로 밀리는 경우가 많았다. 그리고 체질량지수에 신경을 쓰더라도 그것은 당뇨, 심혈관 질환, 혈압 등과 같은 신체적 측면에서의 걱정에서 그쳤다. 그러나 본 연구에서 체질량지수는 학업성적, 가구경제수준, 가족관계, 또래관계 등과 같이 청소년 시기의 중요한 사안들을 고려한 상태에서도 스트레스요인으로 작용하면서 내재화 문제 수준에 영향을 미쳤다. 따라서 청소년의 정신건강에 대한 관심이 점점 더 커지는 이 시점에서 체질량지수의 사회심리적인 영향에 대한 고려가 필요하다. 추후에는 내적자원 및 외적자원을 좀 더 추가하거나 종단적인 연구방법을 택하여 살펴봐야 할 필요가 있겠다. 이를 통해 청소년이 ‘날씬한 몸’이라는 왜곡된 신체상에 대한 일률적인 추구에서 벗어나 다양한 몸을 인정하고, 이를 추구하기 위한 건강한 방식들이 확산되어야 한다.

[참고문헌]

- 강경미. (2013). **발달심리학**, 파주 : 양서원.
- 강경훈, 최수미. (2013). 청소년의 심리내적 및 환경적 요인과 사회적 관계가 외현화 문제행동에 미치는 영향. **한국청소년연구**, 24(4), 55-85.
- 강기정, 정은미(2003). 그룹홈 아동의 자아존중감 증진을 위한 자기성장 집단상담 프로그램 효과 연구. **대한가정학회지**, 41(11), 171-187.
- 고애란, 김양진. (1996). 보문: 청소년의 의복행동에 대한 자아중심성, 자의식, 신체만족도의 영향 연구. **한국의류학회지**, 20(4), 667-681.
- 권민경, 박영숙. (2007). 저체중인 남자 청소년의 영양상태과 식행동 특성. **대한지역사회영양학회지**, 12(3), 235-246.
- 김균량, 이완정. (2008). 아동의 외모에 대한 관심과 외모 만족도에 따른 자기표현과 대인불안. **아동과권리**, 12(4), 567-584.
- 김성수. (2013). 청소년이 지각하는 가족관계가 우울/불안, 위축행동, 공격성에 미치는 영향 : 교사지지, 친구지지의 조절효과. **청소년상담연구**, 21(2), 343-364
- 김세원. (2010). 청소년 우울의 이질적 발달궤적 및 예측요인에서의 성별 차이. **한국청소년연구**, 21(1), 171-192.
- 김신애, 이형실, 임수경. (2008). 남녀 청소년의 가족체계유형과 학교생활적응 및 행동문제의 관련성. **한국가정과교육학회지**, 20(4), 1-17.
- 김영숙. (2011). 자아존중감 및 금연 자기효능감 증진 프로그램이 흡연 고등학생에게 미치는 효과. **지역사회간호학회지**, 22(2), 121-130.
- 김은이, 오경자. (2014). 가족내 위험요인이 청소년의 정서·행동문제에 미치는 영향. **한국청소년연구**, 25(2), 79-113.
- 김인홍. (2009). 일 지역사회 청소년의 정신건강 실태. **농촌의학·지역보건**, 34(2), 234-243.
- 김정민, 한근희. (2008). 대중매체, 타인과의 외모 비교 및 신체질량지수가 여고생 및 여대생의 섭식태도에 미치는 영향. **한국가정관리학회지**, 26(4), 73-83.
- 김혜균, 박명희. (2014). 20·30대 직장인 남성들의 사회심리적 의식이 외모관리행동에 미치는 영향. **디지털디자인학연구**, 14(4), 319-327.
- 김혜련, 조정환, 김소운, 강영호. (2014). **아동 및 청소년 비만 예방대책 마련 연구**. 보건복지부.

- 남수정, 박종호. (2012). 비만정도에 따른 우울 및 스트레스. **한국생활과학회지**, 21(6), 1199-1210.
- 노은이. (2013). 아동·청소년 비만예방을 위한 정책적 지원방안. **정책리포트**, (142), 1-24.
- 노혜정, 김은이. (2011). 텔레비전 드라마 노출이 남자 청소년의 외모만족과 자아인식에 미치는 영향. **한국언론학보**, 55(5), 340-365.
- 문경주, 오경자. (2002). 지각된 부모의 양육행동과 초기 청소년의 우울 및 불안의 관계. **한국심리학회지: 임상**, 21(1), 29-43.
- 박선민, 박재영, 부소영. (2015). **비만관리학**, 서울 : 한미의학.
- 박영례, 손연정. (2009). 성인여성의 생애주기별 외모만족도, 자아존중감, 우울, 스트레스 및 건강관련 삶의 질 간의 관계. **기본간호학회지**, 16(3), 353-361.
- 박영신, 이동환, 최중명, 강운주, 김종희. (2004). 23 년간 서울 지역 초·중·고등학생의 비만 추이. **Korean Journal of Pediatrics**, 47(3), 247-257.
- 박현선, 정익중, 권은선. (2011). 아동의 학업성취 발달체적의 예측요인과 발달산물. **한국아동복지학**, 34, 64-94.
- 보건복지부. (2011). **유엔아동권리협약 제3·4차 국가보고서 및 권고사항 자료집**.
- _____. (2014). **청소년건강행태온라인조사**.
- _____. (2015). **제1차 아동정책기본계획**.
- 박영숙, 권민경. (2007). 저체중인 여자 청소년 (15~ 19 세) 의 영양상태와 식행동 특성-2001 년 국민건강, 영양조사를 이용하여. **Family and Environment Research**, 45(10), 1-11.
- 배미예, 이은희. (2009). 청소년의 자아분화와 대인관계 및 우울/불안 간의 관계. **한국청소년연구**, 20(1), 85-112.
- 배병렬. (2011). **AMOS 19 구조방정식 모델링-원리와 실제**, 서울: 도서출판 청람.
- 서미정. (2008). 초기 청소년의 내재화 행동문제 변화에 대한 성별 및 학업 성취감의 영향력 검증. **한국청소년연구**, 19(4), 115-138.
- 서선주. (1999). 아동의 역량지각과 행동문제. **아동학회지**, 20(3), 97-106.
- 송태민, 김계수. (2012). **보건복지 연구를 위한 구조 방정식 모형**. 서울: 한나래.

- 송현정, 문현경. (2014). 서울 소재 일부 중학교 여학생의 비만도에 따른 체형만족도, 식사장애 및 체중조절 태도 분석. **대한지역사회영양학회지**, 19(2), 111-121.
- 신혜정, 정익중, 이상아, 이향연, 박재연. (2014). 청소년의 우울, 자살생각, 자살계획, 자살시도에 영향을 미치는 요인. **학교사회복지**, 27, 25-50.
- 심정은, 고애란. (1997). 보문: 청소년기의 자의식 및 체중조절행동과 의복행동과의 관련연구. **한국의류학회지**, 21(8), 1334-1345.
- 연지영, 신기용, 이순규, 이혜영, 강백원, 박혜경. (2013). 충북 일부지역 여자 중학생의 체형 인식도에 따른 식습관, 체형 만족도 및 영양지식에 관한 연구. **대한지역사회영양학회지**, 18(5), 442-456.
- 오경자, 하은혜, 이해련, 홍강의. (2001). **K-YSR 청소년 자기행동 평가척도**. 서울: 중앙적성연구소.
- _____, 홍강의, 이해련. (1997). **청소년자기행동평가척도 (K-YSR)**. 서울: 중앙적성연구소.
- 유생열. (2011). 초등학교 여학생의 비만, 신체상, 우울감간의 관계에 있어서 자아 탄력성의 역할. **한국초등체육학회지**, 17(3), 57-71.
- 유형근, 신호선, 김경미, 홍미경, 황윤신. (2010). **외모와 비만으로 고민하는 아이들**, 서울: 학지사.
- 이미숙. (2008). 외모에 대한 사회문화적 가치관의 내면화가 청소년들의 신체이미지와 의복행동에 미치는 영향. **복식**, 58(6), 96-109.
- _____. (2012). 외모의 사회적 유용성이 여자 청소년의 신체만족도와 외모관리행동에 미치는 영향. **한국의상디자인학회지**, 14(4), 163-177.
- _____. (2013). 외모에 대한 사회문화적 태도에 따른 청소년의 신체존중감과 의복행동에 대한 연구. **한국의상디자인학회지**, 15(2), 43-56.
- 이상균. (2015). 초등학교 고학년 아동의 건강행위 잠재계층유형과 예측요인. **사회과학연구**, 26(1), 251-271.
- 이상록, 김진희. (2011). 비만이 청소년 발달에 미치는 영향. **청소년복지연구**, 13(4), 91-117.
- 이수현, 현명호. (2001). 여중생의 비만도와 신체상 만족도 및 폭식행동이 우울에 미치는 영향. **한국심리학회지: 건강**, 6(1), 195-207.
- 이옥진, 김미예. (2005). 초등학교 아동의 비만정도와 운동참여가 신체상과 우울감에 미치는 영향. **한국체육과학회지**, 14(1), 283-290.
- 이은주. (2010). 내재화 행동문제와 외현화 행동문제의 종단적 공동발달: 잠재성장모델의 적용. **한국청소년연구**, 21(4), 171-200.

- 이정선, 이형실. (2012). 청소년의 우울 관련 요인. **한국가정교육학회지**, 24(4), 77-89.
- 이주연, 유조안. (2014). 초등학교 고학년 아동의 과체중, 비만 및 신체상만족도가 또래관계에 미치는 영향: 자존감의 매개효과를 중심으로. **청소년복지연구**, 16(4), 29-55.
- _____, 유조안. (2015). 정상체중 중학생의 체형인식이 자아존중감에 미치는 영향: 체형만족도의 매개효과와 성별 차이. **한국청소년연구**, 26(4), 267-297.
- 이지은, 어성연, 정인경, 김정현. (2012). 서울지역 청소년의 외모만족과 자아존중감이 비만스트레스에 미치는 영향. **한국가정교육학회지**, 24(4), 105-116.
- 이진숙, 이소영, 노정옥. (2012). 남녀 중학생의 체중상태, 체형인식 및 만족도에 따른 비만스트레스와 자아존중감. **한국생활과학회지**, 21(6), 1223-1233.
- 이태용, 이재현, 권경희, 신은숙, 김순영, 남해성. (2006). 대전지역 일부 초등학교의 비만수준과 관련 요인. **보건교육·건강증진학회지**, 23(3), 37-51.
- 이학식, 임지훈. (2011). **구조방정식 모형분석과 AMOS 18.0/19.0**. 서울: 집현재.
- 임인숙. (2003). 여성의 취업과 용모차별. **한국여성학**, 19(1), 113-144.
- _____. (2004). 외모차별 사회의 성형 경험과 의향. **한국여성학**, 20(1), 95-122.
- _____. (2005). 남성의 외모관리 허용 수위와 외모불안 지대. **한국사회학**, 39(6), 87-118.
- _____, 김민주. (2012). 한국 다이어트 서바이벌 프로의 비만 낙인 재생산. **한국여성학**, 28(4), 1-38.
- 임희진, 박형란. (2009). **아동·청소년 비만 실태 및 정책방안 연구**, 서울: 한국청소년정책연구원
- 윤혜미, 박병금. (2005). 청소년의 내재화 및 외현화 문제행동 관련 요인-생태체계적 관점을 중심으로. **사회복지연구**, 28, 133-164.
- 장선철, 송미현. (2004). 고등학생의 외모만족도와 자아존중감 및 학교적응의 관계. **청소년학연구**, 11(3), 115-133.
- 전병제. (1974). 자아개념 측정 가능성에 관한 연구. **연세 논총**, 11(1), 107-130.

- 정덕조, 권용일, 이연주. (2008). 청소년의 여가활동 참가가 불안 및 우울에 미치는 영향. **한국여가레크리에이션학회지**, 32(4), 145-154.
- 정익중. (2007). 청소년기 자아존중감의 발달궤적과 예측요인. **한국청소년연구**, 18(3), 127-166.
- 정익중, 이지언. (2011). 청소년기 비만과 외모만족도가 자아존중감에 미치는 영향. **정신보건과 사회사업**, 38(2), 60-80.
- 조정아. (2009). 선형모형을 적용한 청소년의 우울 변화에 관한 종단연구: 변화경향과 개인차에 대한 성별·부모·또래·교사 요인 검증. **한국청소년연구**, 20(3), 167-192.
- 조혜란, 최종명. (2007). 대학생의 성에 따른 신체만족도와 외모향상행동과의 관계. **한국생활과학회지**, 16(4), 825-835
- 좌현숙. (2010). 연구논문: 청소년 내재화 문제의 발달궤적에 영향을 미치는 위험요인과 보호요인: 발달-맥락주의 관점을 적용하여. **청소년학연구**, 17(10), 105-133.
- _____, 오승환. (2011). 내재화문제의 종단적 변화와 예측요인에 대한 성별 차이 분석. **청소년복지연구**, 13(4), 119-147.
- 질병관리본부, 대한소아학회. (2007). **소아 및 청소년 표준 성장도표**.
- 최길순, 정영. (2008). 학령기 아동의 비만수준과 비만관련요인. **한국비즈니스리뷰**, 1(1), 1-20.
- 최은진, 김미숙, 김지은, 박정연. (2011). **아동·청소년 정신건강 증진을 위한 지원방안 연구 I: 아동·청소년 정신건강 증진 정책 현황 및 개선방안 연구**. 한국청소년정책연구원.
- 최인재. (2010). **한국 청소년 지표 조사 V: 2010 한국 청소년 건강 실태조사**. 한국청소년정책연구원.
- 최인재, 모상현, 강지현, 김윤희, 김혜인. (2011). **아동·청소년 정신건강 증진을 위한 지원방안 연구 I: 조사 결과 자료집**. 한국청소년정책연구원.
- 최정아. (2012). 청소년의 내재화 및 외현화 문제에 대한 잠재프로파일분석 및 개인, 부모, 또래 영향요인 검증. **한국가족치료학회지**, 20(3), 431-455.
- 하은혜, 오경자, 송동호. (2003). 청소년기 우울 및 불안증상 공존집단의 심리사회적 위험요인. **한국심리학회지: 일반**, 22(2), 127-144.

- 하은혜, 오경자, 송동호, 강지현. (2004). **우울장애와 불안장애 청소년을 위한 집단 인지행동치료 효과의 예비연구**. 한국심리학회지: 임상, 23(2), 263-279.
- 한영실, 주나미. (2005). 청소년 비만에 영향을 미치는 요인분석. **한국식생활문화학회지**, 20(2), 172-185.
- 한준상, 이춘화, 윤옥경. (2000). **청소년의 신체적 자아상에 관한 연구**. 한국청소년개발원 연구보고서, 3-226.
- 현명호, 유제민, 이수현. (2002). 여중생의 비만, 신체상 불만족 및 폭식행동이 우울에 미치는 영향: 구조 방정식모델의 검증. **한국심리학회지: 임상**, 21(3), 565-580.
- 홍세희. (2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. **한국심리학회지: 임상**, 19(1), 161-177.
- _____, 박민선, 김원정. (2007). 인터넷 중독과 부모와의 의사소통 사이의 자기회귀 교차지연 효과 검증: 성별간 다집단 분석. **교육심리연구**, 21(1), 129-143.
- 황은희, 강지숙. (2012). 초기 청소년의 성별에 따른 스트레스와 자아존중감 및 학교생활적응. **스트레스연구**, 20(3), 149-157.
- 황혜원. (2011). 청소년의 삶의 질에 영향을 미치는 보호체계 요인에 관한 연구. **청소년학연구**, 18(3), 1-26.

- Achenbach, T. M. (1991). *Manual for the Child Behavior Checklist/4-18 and 1991 profile*. Burlington, VT: Department of Psychiatry, University of Vermont.
- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin*, 103(3), 411.
- Aneshensel, C. S. (1992). Social stress: Theory and research. *Annual Review of Sociology*, 18, 15-38.
- Avison, W., Aneshensel, C. S., Schieman, S., & Wheaton, B. (Eds.). (2009). *Advances in the conceptualization of the stress process: Essays in honor of Leonard I. Pearlin*. Springer Science & Business Media.
- Baumeister, R. F.(1997a). Identity, self-concept, and self-esteem: The self lost and found. In Hogan, Robert., Johnson, John A., Briggs, Stephen R. (ed.), *Handbook of personality psychology*, San Diego,

- CA, US: Academic Press.
- _____. (1997b). The self. In D. Gilbert, S. Fiske & G. Lindzey (Eds.), *The Handbook of Social Psychology* (4th ed.). New York: McGraw Hill.
- Becker, C. B., Hill, K., Greif, R., Han, H., & Stewart, T. (2013). Reducing self-objectification: are dissonance-based methods a possible approach?. *Journal of Eating Disorders*, 1(1), 10.
- Brady, E. U., & Kendall, P. C. (1992). Comorbidity of anxiety and depression in children and adolescents. *Psychological Bulletin*, 111(2), 244.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). *Alternative ways of assessing model fit*. Sage Focus Editions, 154, 136-136.
- Biederman, J., Faraone, S., Mick, E., & Lelon, E. (1995). Psychiatric comorbidity among referred juveniles with major depression: fact or artifact?. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 34(5), 579-590.
- Carpenter, K. M., Hasin, D. S., Allison, D. B., & Faith, M. S. (2000). Relationships between obesity and DSM-IV major depressive disorder, suicide ideation, and suicide attempts: results from a general population study. *American Journal of Public Health*, 90(2), 251.
- Centers for Disease Control and Prevention. (2014). *About BMI for Children and Teens*. Retrieved February 5, 2015, from http://www.cdc.gov/healthyweight/assessing/bmi/childrens_bmi/about_childrens_bmi.html
- Cheung, G. W., & Lau, R. S. (2007). Testing mediation and suppression effects of latent variables: Bootstrapping with structural equation models. *Organizational Research Methods*, 11(2), 296-325.
- Costello, D. M., Swendsen, J., Rose, J. S., & Dierker, L. C. (2008). Risk and protective factors associated with trajectories of depressed mood from adolescence to early adulthood. *Journal of consulting and clinical psychology*, 76(2), 173.
- Crisp, A. H., & McGuiness, B. (1976). Jolly fat: relation between obesity and psychoneurosis in general population. *British Medical Journal*, 1,

7-9.

- Crocker, J., Cornwell, B., & Major, B. (1993). The stigma of overweight: affective consequences of attributional ambiguity. *Journal of personality and social psychology*, 64(1), 60.
- Crocker, J., & Wolfe, C. T.(2001). Contingencies of self-worth. *Psychological review*, 108(3), 593-623.
- Clarke, L. H., Griffin, M., & PACC Research Team. (2008). Failing bodies: Body image and multiple chronic conditions in later life. *Qualitative Health Research*, 18(8), 1084-1095.
- Davillas, A., Benzeval, M., & Kumari, M. (2016). Association of Adiposity and Mental Health Functioning across the Lifespan: Findings from Understanding Society (The UK Household Longitudinal Study). *PloS one*, 11(2), e0148561.
- Dietz, W. H., & Bellizzi, M. C. (1999). Introduction: the use of body mass index to assess obesity in children. *The American journal of clinical nutrition*, 70(1), 123s-125s.
- Dumas, J. E., & Nilsen, W. J. (2003). *Abnormal child and adolescent psychology*. US: Pearson College Division.
- Erikson, E. H. (1994). *Identity: Youth and crisis (No. 7)*. WW Norton & Company.
- Fawcett, J., & Kravitz, H. M. (1983). *Anxiety syndromes and their relationship to depressive illness*. Journal of Clinical Psychiatry.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2), pp.117-140.
- Flodmark, C. E. (2005). The happy obese child. *International Journal of Obesity*, 29, S31-S33.
- Furnham, A., Badmin, N., & Sneade, I. (2002). Body image dissatisfaction: Gender differences in eating attitudes, self-esteem, and reasons for exercise. *The Journal of Psychology*, 136(6), 581-596.
- Galmonte, A., & Actis-Grosso, R. (2015). *Different Psychological Perspectives on Cognitive Processes: Current Research Trends in Alps-Adria Region*. Cambridge Scholars Publishing.
- Gortmaker, S. L., Must, A., Perrin, J. M., Sobol, A. M., & Dietz, W. H. (1993). Social and economic consequences of overweight in

- adolescence and young adulthood. *New England Journal of Medicine*, 329(14), 1008-1012.
- Groessl, E. J., Kaplan, R. M., Barrett-Connor, E., & Ganiats, T. G. (2004). Body mass index and quality of well-being in a community of older adults. *American Journal of Preventive Medicine*, 26(2), 126-129.
- Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E., & Tatham, R. L. (2006). *Multivariate data analysis (Vol. 6)*. Upper Saddle River, NJ: Pearson Prentice Hall.
- Hammen, C. (1991). Depression runs in families. In *The Social Context of Risk and Resilience in Children of Depressed Mothers*. Springer-Verlag New York.
- Harris, C. V., Bradlyn, A. S., Coffman, J., Gunel, E., & Cottrell, L. (2008). BMI-based body size guides for women and men: development and validation of a novel pictorial method to assess weight-related concepts. *International Journal of Obesity*, 32(2), 336-342.
- Harter, S. (1990). Identity and self development. In L. S. Feldman and G. Elliot (Eds). *The developing adolescent*. pp.352-387, Cambridge: Harvard University Press.
- Heartherton, T. F. & Hebl, M. R. (1998). *Body image. Encyclopedia of Mental Health, Vol.1*, (pp.257-266). Academic Press. Retrieved February 5, 2015, from http://www.dartmouth.edu/~thlab/pubs/98_Heartherton_Hebl_EMH.pdf
- Jansen, A., Havermans, R., Nederkoorn, C., & Roefs, A. (2008). Jolly fat or sad fat?: subtyping non-eating disordered overweight and obesity along an affect dimension. *Appetite*, 51(3), 635-640.
- James, W. (1890). The consciousness of self. *The Principles of Psychology*, 8.
- Kazdin, A. E. (1993). Adolescent mental health: prevention and treatment programs. *American Psychologist*, 48(2), 127.
- Kline, R. B. (2005). Principles and practice of structural equation modeling. *Guilford Press*. New York, 59.
- Kohn, M., & Golden, N. H. (2001). Eating disorders in children and adolescents. *Paediatric Drugs*, 3(2), 91-99.
- Kwan, S. (2009). Competing motivational discourses for weight loss: Means

- to ends and the nexus of beauty and health. *Qualitative Health Research*, 19(9), 1223-1233.
- Lennon, S. J., Lillethun, A., & Buckland, S. S. (1999). Attitudes toward social comparison as a function of self-esteem: Idealized appearance and body image. *Family and Consumer Sciences Research Journal*, 27(4), 379-405.
- Lerner, R. M., & Galambos, N. L. (1998). Adolescent development: Challenges and opportunities for research, programs, and policies. *Annual Review of Psychology*, 49, 413-446.
- Macho, S., & Ledermann, T. (2011). Estimating, testing, and comparing specific effects in structural equation models: the phantom model approach. *Psychological Methods*, 16(1), 34.
- Markowitz, S., Friedman, M. A., & Arent, S. M. (2008). Understanding the relation between obesity and depression: causal mechanisms and implications for treatment. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 15(1), 1-20.
- Mash, E. J., & Terdal, L. G. (1988). *Behavioral assessment of child and family disturbance*. Guilford Press.
- McDermott, P. A., & Weiss, R. V. (1995). A normative typology of healthy, subclinical, and clinical behavior styles among American children and adolescents. *Psychological Assessment*, 7(2), 162.
- McLaren, L., & Kuh, D. (2004). Women's body dissatisfaction, social class, and social mobility. *Social Science & Medicine*, 58(9), 1575-1584.
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129(5), 674.
- Mendelson, B. K., White, D. R., & Mendelson, M. J. (1996). Self-esteem and body esteem: Effects of gender, age, and weight. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 17(3), 321-346.
- Moore, D. C. (1993). Body image and eating behavior in adolescents. *Journal of the American College of Nutrition*, 12(5), 505-510.
- Pearlin, L. I., Menaghan, E. G., Lieberman, M. A., & Mullan, J. T. (1981). The stress process. *Journal of Health and Social behavior*, 337-356.
- Pearlin, L. I. (1989). The sociological study of stress. *Journal of Health*

- and Social Behavior*, 241-256.
- _____. Mullan, J. T., Semple, S. J., & Skaff, M. M. (1990). Caregiving and the stress process: An overview of concepts and their measures. *The Gerontologist*, 30(5), 583-594.
- _____. (1999). The stress process revisited. In *Handbook of the sociology of mental health* (pp. 395-415). Springer US.
- _____. & Bierman, A. (2013). Current issues and future directions in research into the stress process. In *Handbook of the sociology of mental health* (pp. 325-340). Springer Netherlands.
- Puhl, R. M., & Brownell, K. D. (2003). Psychosocial origins of obesity stigma: toward changing a powerful and pervasive bias. *Obesity Reviews*, 4(4), 213-227.
- Reynolds, W. M. (1992). *The study of internalizing disorders in children and adolescents*. John Wiley & Sons.
- Rhode, D. L. (2010). *The beauty bias: The injustice of appearance in life and law*. Oxford University Press.
- Rodin, M., Price, J., Sanchez, F., & McElligot, S. (1989). Derogation, Exclusion, and Unfair Treatment of Persons with Social Flaws Controllability of Stigma and the Attribution of Prejudice. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 15(3), 439-451.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*.
- _____. (1979). *Conceiving the Self*, New York: Basic Books.
- _____. (1989). *Society and the Adolescent Self-image*, Middletown: Wesleyan University Press.
- Shaw, D. S., Gilliom, M., Ingoldsby, E. M., & Nagin, D. S. (2003). Trajectories leading to school-age conduct problems. *Developmental Psychology*, 39(2), 189.
- Smolak, L., Murnen, S. K., & Thompson, J. K. (2005). Sociocultural influences and muscle building in adolescent boys. *Psychology of Men & Masculinity*, 6(4), 227.
- Stewart, A. L., & Brook, R. H. (1983). Effects of being overweight. *American Journal of Public Health*, 73(2), 171-178.
- Synnott, A. (1990). Truth and goodness, mirrors and masks Part II: A sociology of beauty and the face. *British Journal of Sociology*,

55-76.

- Wells, L. E., & Marwell, G. (1976). *Self-esteem: Its conceptualization and measurement*. Beverly Hills, CA: Sage.
- WHO. (2004). *Promoting mental health : concepts, emerging evidence, practice: summary report*. Geneva: World Health Organization.
- WHO/IASO/IOTF(2000). *The Asian-Pacific Perspective: Redefining Obesity and its Treatment*. Health Communications Australia Pty Ltd.
- Zeigler-Hill, V. (2013). The importance of self-esteem. In V. Zeigler-Hill (Eds.), *Self-esteem*. New York: Psychology Press.

Abstract

The Influence of Body Mass Index and Appearance Satisfaction on Internalized Problem Behavior among High school Students

— Focusing on the Mediating Effect of Self-esteem and Gender Differences

Jeong, Eunseok

Department of Social Welfare

The Graduate School

Seoul National University

Previous research indicates that internalized problem behavior tends to vary by body mass index (BMI) and appearance satisfaction. As few studies empirically tested the relationships between both variables and internalized problem behavior, however, little is known about how these variables influence internalized problem behavior. Much less is known about whether the effects of variables on internalized problem behavior vary by gender. In order to address the gaps in previous research, the current study aimed to examine (1) whether Body Mass index (BMI) and appearance dissatisfaction influence internalized problem behaviors (2) whether self-esteem mediates the above relationships (3) whether gender differences are found in these mechanisms in South Korea.

The research model of this study was grounded on the Stress

Process Model suggested by Pearlin and his colleagues (Pearlin et al., 1990). By applying the Stress Process Model, current study was intended to examine (1) whether BMI acts as a primary stressor, (2) if the degree of appearance dissatisfaction acts as a secondary stressor, and (3) whether Self-esteem acts as a protective factor among high school students. Furthermore, the research examined whether gender differences can be found in above relationships. To specify the research model, other factors such as scholastic performance, economic status, and the satisfaction of family relationships and peer relationships were included.

Data from the 2010 Korea Survey of the Health of Youth and Children was utilized for structural equation modeling analysis. The sample consisted of 3,620 adolescents in 10th~12th grade (male=1,893, female=1,727) who were classified as non-under-weight by BMI criteria of Korean growth standards established in 2007. Major variables such as BMI, appearance dissatisfaction, internalized problem behavior and self-esteem were measured using self-report indicator, only internalized problem behavior and self-esteem were multi-item. Descriptive statistics were used to demonstrate the overall status of the sample. Also, structural equation modeling was performed to empirically test the relationship between variables, and phantom variable approach was used based on bootstrapping and applied to examine the specific indirect path. Finally, multi-group analysis was employed to examine the gender differences.

The results exhibited that BMI was negatively correlated with internalized problem behavior, however, appearance dissatisfaction was positively associated with internalized problem behavior. The influence of BMI on internalized problem behavior was mediated by appearance dissatisfaction and serially mediated by appearance dissatisfaction and self-esteem. Also, the influence of appearance

dissatisfaction on internalized problem was mediated by self-esteem. Additionally, the results of the multi-group analysis by gender showed that the influence of BMI on appearance dissatisfaction among female was significantly larger than that of male.

Despite several limitations due to secondary data analysis, these results carry some important theoretical implications. First, this study identified that the effect of BMI on internalized problem behavior relies on an indirect path. This means BMI alone does not have a negative effect on internalized problem behavior regarding direct effect. However, a negative effect was found through appearance dissatisfaction, which was produced by the rating of one's own BMI in terms of ideal body. Second, appearance dissatisfaction and self-esteem serially mediates the relationship between BMI and internalized problem behavior. This result shows that high school students do consider their appearance as critical point when they think about their own value. Third, gender differences were found in above relationships. Especially, female high school students tended to show more aggravated appearance dissatisfaction than male counterparts when their BMI were higher. This means female high school students feel more pressure about managing their appearance.

Also, various clinical implications for preventing high school students from increase in internalized problem behavior were derived. First, the relationship between thinness, measured as lower BMI, and appearance satisfaction should be treated. It is possible that social preference on 'thinness' not the physiological status of BMI may have influence the preference of students. Also, the association between appearance satisfaction and self-esteem should be intervened. For these reasons, counseling or peer-support measures were discussed. Finally, gender differences in appearance care should be treated. The reason why females suffer more

pressure than their male counterparts is that the social preference about appearance care affects more severely on females. For this reason, campaign or self-support measures were discussed.

Keyword: Body Mass Index(BMI), Appearance satisfaction, Internalized problem behavior, Self-esteem, Gender difference, Stress-process Model

Student Number : 2014-20256

